



Sanct Bernhard Sport Isoton-Energiedrink Sauerkirsche

Nahrungsergänzungsmittel vor und während hoher körperlicher Belastung

Wissenswertes:

Schon ein Flüssigkeitsverlust von 2 % des Körpergewichtes (1-2 l) führt zu einem körperlichen Leistungsabfall von bis zu 20 %. Deshalb ist ein schneller Ersatz von verloren gegangener Flüssigkeit wichtig. Die optimierte Zusammensetzung des Isoton-Energiedrinks aus kurz- und mittelkettigen Kohlenhydraten trägt zum Erhalt der Ausdauerleistung in der Belastungsphase bei. Die zugesetzten Mineralstoffe ersetzen die durch die Transpiration ausgeschiedenen Elektrolyte. Bei Einhalten der Verzehrsempfehlung entsteht ein annähernd isotonisches Getränk, das eine bevorzugte Aufnahme der enthaltenen Substanzen gewährleistet. Laktose- und glutenfrei.

Zutaten: Maltodextrin, Saccharose, Säuerungsmittel: Zitronensäure, Calciumlactat, Natriumchlorid, Trimagnesiumcitrat, Kaliumcitrat, Aroma.

Durchschnittliche Nährwerte	pro Portion (= 500 ml)	1 Liter Getränk	*/1 Liter Getränk	100 g Pulver
Brennwert	559 kJ (131 kcal)	1119 kJ (263 kcal)	—	1554 kJ (365 kcal)
Fett	0 g	0 g	—	0 g
Kohlenhydrate	33,3 g	66,6 g	—	92,5 g
- davon Zucker	12,6 g	25,2 g	—	35,0 g
Ballaststoffe	0 g	0 g	—	0 g
Eiweiß	0 g	0 g	—	0 g
Salz	0,8 g	1,6 g	—	2,2 g
Natrium	320 mg	640 mg	**	888 mg
Kalium	115 mg	230 mg	12 %	319 mg
Calcium	133 mg	266 mg	33 %	370 mg
Magnesium	69,75 mg	139,5 mg	37 %	193,8 mg

*% des empfohlenen Tagesbedarfs nach NRV (Nährstoffbezugswert für die tägliche Zufuhr gemäß VO (EU) Nr. 1169/2011)

**noch keine Referenzmenge vorhanden

Verzehrsempfehlung: Bitte nach folgendem Schema in Wasser auflösen:

Messlöffel (innen liegend)	ergibt
2¼ (ca. 36 g)	500 ml
4½ (ca. 72 g)	1000 ml

Um Klümpchenbildung zu vermeiden, zuerst das Wasser und dann das Pulver einfüllen.

Hinweis für Diabetiker: 0,5 Liter (ca. 36 g Pulver) Getränk entspricht 2,6 BE.

Bei z.B. Wettkämpfen von über 1 Stunde Dauer sollte in der letzten Stunde vor dem Start 500 ml der Getränkezubereitung getrunken werden. Während der Belastungsphase wird ein regelmäßiges Trinken von 150-200 ml alle 15-20 Minuten empfohlen. Unmittelbar nach der Belastungsphase empfehlen wir die Anwendung unseres Regenerationsdrinks.

Lichtgeschützt, trocken und unter 25 °C aufbewahren. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden und ersetzen nicht eine gesunde Lebensweise. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern. Die empfohlene Tagesdosis darf nicht überschritten werden.

Made in Germany

Inhalt 900 g Pulver, ergibt 25 Portionen (ca. 12,5 Liter Fertiggetränk), 1 Messlöffel (innen liegend)

Art.-Nr.: 2539 Eti0121 www.sanct-bernhard-sport.de