



Sanct Bernhard Sport Isoton-Energiedrink Pfirsich-Maracuja

Pulver zur Herstellung eines Kohlenhydrat-Elektrolyt-Getränks

Wissenswertes:

Schon ein Flüssigkeitsverlust von 2 % des Körpergewichtes (1-2 l) führt zu einem körperlichen Leistungsabfall von bis zu ca. 20 %. Deshalb ist ein schneller Ersatz von verloren gegangener Flüssigkeit wichtig. Unser Sanct Bernhard Sport Isoton-Energiedrink zeichnet sich durch eine optimierte Zusammensetzung aus kurz- und mittelkettigen Kohlenhydraten sowie Mineralstoffen aus. Kohlenhydrat-Elektrolyt-Lösungen tragen zur Aufrechterhaltung der Ausdauerleistung bei längerem Ausdauertraining sowie zur verbesserten Aufnahme von Wasser während körperlicher Betätigung bei. Bei Einhalten der Verzehrsempfehlung entsteht ein annähernd isotonisches Getränk, das eine bevorzugte Aufnahme der enthaltenen Substanzen gewährleistet. Laktosefrei, glutenfrei, vegan.

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

Durchschnittliche Nährwerte	pro Portion (= 500 ml)	1 Liter Getränk	*/1 l Getränk	100 g Pulver
Brennwert	544 kJ (128 kcal)	1087 kJ (256 kcal)	—	1510 kJ (355 kcal)
Fett	0 g	0 g	—	0 g
- davon gesättigte Fettsäuren	0 g	0 g	—	0 g
Kohlenhydrate	30,2 g	60,3 g	—	83,8 g
- davon Zucker	13,6 g	27,3 g	—	37,9 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 (16*)
Calcium	133 mg	266 mg	33	370 mg (46*)
Magnesium	69,75 mg	139,5 mg	37	193,8 mg (52*)

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

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.

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.

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

Der Verzehr ersetzt nicht eine abwechslungsreiche, ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise.

Made in Germany

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

Art.-Nr.: 2511 Eti1225 www.sanct-bernhard-sport.de