

Nährwertangaben:

Nährwertangaben	für 100 g Pulver	pro Portion**	Aminosäureauszug
Brennwert	1572 kJ / 376 kcal	472 kJ / 113 kcal	Alanin
			Arginin
Eiweiß	42,4 g	12,7 g	Asparaginsäure
Kohlenhydrate	48,9 g	14,7 g	Glutaminsäure
davon Zucker	12,6 g	3,8 g	Glycin
Fett	< 0,1 g	< 0,1 g	Histidin
• davon gesättigte Fettsäuren	< 0,1 g	< 0,1 g	Isoleucin
Ballaststoffe	0,2 g	< 0,1 g	Leucin
Natrium	0,24 g	0,07 g	Lysin
Niacin	26,7 mg (148 % RDA*)	8,0 mg (45 % RDA*)	Methionin
Pantothensäure	8,46 mg (141 % RDA*)	2,5 mg (42 % RDA*)	Phenylalanin
Vitamin B6	4,07 mg (203 % RDA*)	1,2 mg (61 % RDA*)	Prolin
Vitamin B2	2,0 mg (125 % RDA*)	0,6 mg (38 % RDA*)	Serin
Vitamin B1	1,8 mg (129 % RDA*)	0,54 mg (39 % RDA*)	Threonin
			Tyrosin
			Valin

* RDA: Prozentsatz der empfohlenen Tagesdosis nach NKV

** 1 Portion: 30 g + 150 ml Wasser

• Durchschnittlicher Brennwert pro 100 ml verzehrfertige Zubereitung: mit Wasser – 263 kJ (63 kcal)

- **Nahrungsergänzungsmittel** dienen nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung!
- Bitte außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren!

Hergestellt und kontrolliert in Deutschland. AMSPORT® Competition entspricht dem aktuellen Stand der Medizin und Wissenschaft und ist frei von verbotenen Substanzen im Sinne der Dopingbekämpfung.

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden.

Einnahmeempfehlung:

Einnahmeempfehlung:

Wettkampfdosierung

- Ausdauersport / Endurance: ab 1 Stunde Belastungszeit ca. alle 30 Minuten 1 Portion zuführen
- Kurzbelastung / Sprint: optional 20 Minuten vor der Belastung 1 Portion und unmittelbar nach der Belastung 1–2 Portionen

Trainingsdosierung

- Je nach Trainingshärte und Erschöpfungszustand direkt nach dem Training 1–2 Portionen
- Während sehr harter oder länger anhaltender Belastung zwischendurch 1 Portion