

- bei erhöhtem Magnesiumbedarf
- fördert Leistungsfähigkeit
- reduziert Muskelkrämpfe



## MAGNESIUM LIQUID 250mg

Die AMSPORT® Magnesium Trinkampullen à 25 ml decken den erhöhten Magnesiumbedarf bei Sportlern. Die Ampullen sind in praktischen 7er- und 20er-Trays erhältlich. So wird Krämpfen nach dem Training ideal vorgebeugt. Magnesium ist an vielen Stoffwechselfvorgängen im Körper beteiligt und sorgt zudem für das optimale Zusammenspiel von Muskeln und Nerven. Das enthaltene Magnesiumcitrat wird vom Körper besonders gut verwertet, ohne den Verdauungsprozess zu stören. Denn vor allem Ausdauersportler weisen häufig Magnesiummangel auf. „Als ein besonders häufiger Grund für Muskelkrämpfe gilt der Mangel an Magnesium. Doch nicht nur vor diesem Hintergrund ist der Magnesiummangel ein wichtiges Thema. Tatsächlich sehen Experten den Magnesiummangel zum Beispiel als nicht zu unterschätzenden, negativen Einfluss auf den weiteren Krankheitsverlauf von Diabetes.“ Oft reicht die über die tägliche Nahrung zugeführte Magnesiummenge nicht aus, um den erhöhten Magnesiumhaushalt von Sportlern auszugleichen. Einfach

eine Trinkampulle, idealerweise nach dem Training oder abends vor dem Schlafengehen trinken. Bei hoher Belastung maximal bis zu zwei Trinkampullen täglich.

### Was ist Magnesiumcitrat?

Citrate sind aufgrund ihrer ausgesprochen guten Verwertbarkeit sehr hochwertige Mineralstoffe. Ihre basische Wirkung entfalten sie erst im Stoffwechsel. Die Magensäure wird nicht neutralisiert und der Verdauungsprozess nicht gestört. Magnesium ist dabei ein lebensnotwendiger Mineralstoff, den vor allem Sportler in erhöhtem Maße benötigen.

### MERKE

- wertvolles Magnesium-Citrat
- hoch konzentriert
- praktisch für unterwegs

# MAGNESIUM LIQUID 250mg

NÄHRWERTANGABEN	pro 100 g	%RDA*	pro Portion**
Physiologischer Brennwert	127 kJ / 30 kcal	–	31 kJ / 7 kcal
Eiweiß	0,3 g	–	<0,1 g
Kohlenhydrate	4,4 g	–	1,1 g
Fett	<0,1 g	–	<0,1 g
Magnesium	1000 mg	267	250 mg

*Nahrungsergänzungsmittel aus einer Magnesium-Trinklösung mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln.*

Durchschnittlicher Brennwert pro 100 ml verzehrfertige Zubereitung: 127 kJ (30 kcal)

\*\* 1 Portion entspricht 25 ml.

**HINWEISE:** Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Dieses Nahrungsergänzungsmittel sollte nicht als Ersatz für eine abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden. Ausserhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.

## EINNAHMEEMPFEHLUNG

- Täglich 1 Trinkampulle, idealerweise nach dem Training oder abends vor dem Schlafengehen trinken. Bei hoher Belastung maximal bis zu zwei Ampullen täglich.

## ANWENDUNG

- Ampulle vor Gebrauch gut schütteln. Inhalt mit Getränk Ihrer Wahl oder auch pur trinken.

