

- wenig Kohlenhydrate und viel Protein
- L-Carnitine für eine optimale Fettverbrennung
- unterstützt den Fett-weg-Nachbrenn-Effekt



## **WOMEN PROTEIN** ERDBEERE

AMSPORT® Women Protein wurde eigens für die spezifischen Bedürfnisse von Frauen beim Fitnessstraining entwickelt. Wenig Kohlenhydrate, viel Protein – denn diese zügeln den Hunger und sind wichtig für das allgemeine Wohlbefinden. Mit L-Carnitine, dem Transporter für die Fettverbrennung, kann das Training zudem besser wirken. Direkt nach dem Sport eingenommen, hilft das Women Protein also, Hunger zu unterbinden und den gewünschten Fett-weg-Nachbrenn-Effekt zu unterstützen – für ein straffes Körperbild. Das Produkt eignet sich zur Unterstützung eines gesunden und aktiven Lebensstils und schmeckt zudem auch noch richtig lecker und frisch! AMSPORT® Women Protein ist eine besonders hochwertige, hochkonzentrierte Vier-Komponenten-Proteinmischung aus Molkeneiweiß-Konzentrat, Milcheiweiß, Molkeneiweiß-Isolat

und Hühnerei-Eiweiß. Das Women Protein ist eine besonders hochwertige Proteinmischung mit extra 540 mg L-Carnitine pro Portion – lecker und frisch im Geschmack. L-Carnitine wird als Ergänzung empfohlen, um einen besseren Fettsäureumsatz zu erreichen. L-Carnitine wird außerdem als einer der wirksamsten Leistungsförderer und Fatburner gehandelt, kann aber nur in Verbindung mit Sport funktionieren.

### **MERKE**

- extra für Frauen
- für Fitness und Bodyforming
- unterbindet den Hunger nach dem Sport

# WOMEN PROTEIN ERDBEERE

NÄHRWERTANGABEN	pro 100 g Produkt	% RDA*	pro Portion**
Physiologischer Brennwert	1553 kJ / 371 kcal	—	466 kJ / 111 kcal
Eiweiß	79,7 g	—	23,9 g
• davon BCAAs***	17,6 g	—	5,3 g
Kohlenhydrate	5,3 g	—	1,6 g
• davon Zucker	3,0 g	—	0,9 g
Fett	2,0 g	—	0,6 g
• davon gesättigte Fettsäuren	1,0 g	—	0,3 g
Ballaststoffe	0,4 g	—	0,1 g
Natrium	0,180 g	—	0,054 g
Vitamin C	240 mg	300	72,0 mg
Niacin	48,0 mg	300	14,4 mg
Vitamin E	36,0 mg	300	10,8 mg
Pantothensäure	18,0 mg	300	5,4 mg
Vitamin B6	4,2 mg	300	1,3 mg
Vitamin B2 <sup>1</sup>	4,4 mg	314	1,3 mg
Vitamin B1	3,3 mg	300	1,0 mg
Folsäure	671 µg	336	201 µg
Biotin	150 µg	300	45,0 µg
Vitamin B12 <sup>1</sup>	12,0 µg	480	3,6 µg
L-Carnitine	1800 mg	—	540 mg

## AMINOSÄUREPROFIL pro 100 g Eiweiß

L-Alanin	4,1 g	L-Lysin <sup>2</sup>	8,7 g
L-Arginin <sup>1</sup>	2,7 g	L-Methionin <sup>2</sup>	2,4 g
L-Asparaginsäure	9,2 g	L-Phenylalanin <sup>2</sup>	3,8 g
L-Cystein <sup>1</sup>	1,5 g	L-Prolin	7,3 g
L-Glutaminsäure	18,8 g	L-Serin	5,1 g
L-Glycin	1,6 g	L-Threonin <sup>2</sup>	5,6 g
L-Histidin <sup>1</sup>	2,2 g	L-Tryptophan <sup>2</sup>	1,4 g
L-Isoleucin <sup>2</sup>	6,0 g	L-Tyrosin <sup>1</sup>	3,8 g
L-Leucin <sup>2</sup>	9,9 g	L-Valin <sup>2</sup>	6,1 g

<sup>1</sup> semiessentielle Aminosäure      <sup>2</sup> essentielle Aminosäure

\* RDA = % der empfohlenen Tagesdosis (nach Richtlinie 2008/100/EG)

\*\* 1 Portion: 30 g + 300 ml Wasser

\*\*\* BCAAs: branched chain amino acids (verzweigt-kettige Aminosäuren – L-Isoleucin, L-Leucin, L-Valin)

- Durchschnittlicher Brennwert pro 100 ml verzehrfertiger Zubereitung mit Wasser: 141 kJ (33,6 kcal)
- Bei Zubereitung mit 300 ml fettarmer Milch (1,5%) verändern sich die Nährwertangaben.

Spuren von Gluten können nicht ausgeschlossen werden.

*Diätetisches Lebensmittel für intensive Muskelanstrengungen, vor allem für Sportler. Mit Vitaminen.*

## EINNAHMEEMPFEHLUNG

### FITNESS

2 Shakes

3 Stunden vor dem Training und direkt nach dem Training – an trainingsfreien Tagen 1 Shake am Tag

**Proteine sind wichtig für ein intaktes Immunsystem und eine schnelle Regeneration – Steigern Sie Ihre Fitness!**

### BODYFORMING

1 Shake

Während des Trainings ausreichend kalorien- und zuckerfreie Getränke, unmittelbar nach dem Training 1 Shake  
**Hunger wird reduziert, dadurch die Fettverbrennung aktiviert**

## ZUBEREITUNG

- 30 g in 300 ml Wasser einrühren
- 30 g entsprechen 3 gestrichenen Messlöffeln (der Dose beigelegt)

