

# PRO Recovery

50% de protéines 36% de glucides  
+ colostrum + acides aminés

## Description du produit

PRO Recovery est une préparation de protéines conçue d'après les plus récentes découvertes scientifiques et destinée aux sportifs de force et d'endurance les plus exigeants. Sa combinaison unique à base de composants de protéines de petit-lait, d'œuf et de caséine de qualité en proportion 1 :1 :1 ainsi que de colostrum et d'hydrolysats de protéines de pommes de terre et d'œufs sous forme de peptides rapidement disponibles associée aux acides aminés L-leucine, L-glutamine et L-arginine soutiennent la constitution musculaire et la récupération. Les sportifs d'endurance profitent particulièrement d'un apport en protéines approprié à leurs besoins dans les domaines des défenses immunitaire, de la régénération et des capacités de performance.

En plus enrichi de L-carnitine, sels minéraux et vitamines qui sont indispensables à la métabolisation de l'énergie et des protéines

La L-carnitine a également des propriétés antioxydatives et favorise la régénération.



## Atouts

- Sources de protéines de grande qualité rapidement et lentement disponibles
- Exempt de lactose et sans édulcorants artificiels
- Préparation pratique à l'eau

## Utilisation

Pour une récupération optimale, prendre dans l'heure suivant l'effort. Pour soutenir la constitution de la masse musculaire, prendre en collation ou jusqu'à 1 heure avant l'entraînement.



## Ingrédients

Poudre de protéines 44% (caséine, isolat de protéines de petit-lait obtenu par microfiltration cross flow, albumine d'œuf, hydrolysats de protéines de pommes de terre et d'œufs), saccharose, fructose, acides aminés 8% (L-leucine, L-glutamine, L-arginine), poudre de cacao fortement dégraissée 7.5%, colostrum bovin 4%, épaississants (farine de graines de guar, xanthane), arômes, tartrate de L-carnitine, émulsifiant lécithine de soja, 5 sels minéraux (chlorure de sodium, carbonate de magnésium, sulfate de fer, lactate de zinc, levure de chrome), 10 vitamines (acide ascorbique, nicotinamide, acétate d'alpha-tocophérol, pantothénate de calcium, hydrochloride de pyridoxine, riboflavine, mononitrate de thiamine, acide folique, biotine, cyanocobalamine).

# PRO Recovery

50% de protéines 36% de glucides  
+ colostrum + acides aminés

## Arômes / conditionnement / valeur nutritive

Vanille, chocolat, café. Boîte de 1000 g.

valeur nutritive	par 100 g de poudre		1 Shake = 40 g de poudre + 250 ml d'eau	
énergie kJ (kcal)	1500 (355)		600 (142)	
protéines	50 g		20 g	
glucides	36 g		14.5 g	
lipides	1 g		0.4 g	
<b>vitamines</b>		<b>%AJR*</b>		<b>%AJR*</b>
E	5 mg	50%	2 mg	20%
C	30 mg	50%	12 mg	20%
B1	0.7 mg	50%	0.3 mg	20%
B2	0.8 mg	50%	0.3 mg	20%
niacine	9 mg	50%	3.6 mg	20%
B6	1 mg	50%	0.4 mg	20%
acide folique	100 µg	50%	40 µg	20%
B12	0.5 µg	50%	0.2 µg	20%
biotine	75 µg	50%	30 µg	20%
acide pantothénique	3 mg	50%	1.2 mg	20%
<b>sels minéraux</b>		<b>%AJR*</b>		<b>%AJR*</b>
calcium	320 mg	40%	128 mg	16%
magnésium	110 mg	37%	44 mg	15%
phosphore	290 mg	36%	116 mg	15%
fer	10 mg	71%	4 mg	29%
zinc	7 mg	47%	2.8 mg	19%
potassium	1100 mg	-	440 mg	-
sodium	720 mg	-	288 mg	-
chrome	25 µg	-	10 µg	-
<b>autres</b>	<b>100 g</b>		<b>40 g</b>	
L-carnitine	250 mg		100 mg	

Acides aminés par 100g de protéines pures		
Essentiels	histidine	2.2 g
	isoleucine	5.3 g
	leucine	14.3 g
	lysine	7.1 g
	méthionine et cystéine	7.3 g
	phénylalanine et tyrosine	8.1 g
	thréonine	4.9 g
	tryptophane	1.3 g
Non essentiels	valine	6.1 g
	alanine	4.2 g
	arginine	8.6 g
	acide aspartique	8.8 g
	acide glutamique dont glutamine	21.9 g
	glycine	2.3 g
	proline	6.6 g
sérine	5.0 g	

Valeur biologique de 160 (œuf = 155)