



PRO MASS GAINER

PRODUKTBESCHREIBUNG Kohlenhydrat-Proteinmischung mit Mikronährstoffen, abgestimmt auf die Bedürfnisse von Kraftsportlern, welche besonders schnell Masse zulegen wollen (Hardgainer).

Der Kohlenhydrat-Mix sorgt für Trainingsenergie und gefüllte Speicher und ermöglicht einen effizienten Muskelaufbau durch Molkenprotein, Molkenproteinisolat CFM und Casein. Das Spezialfett MCT (mittelkettige Fette) liefert Extraenergie und fördert eine gezielte Gewichtszunahme. MCT wird im Gegensatz zu den herkömmlichen Fetten direkt als Energie verstoffwechselt werden und setzt sich nicht als Depotfett an.

- VORTEILE**
- Molkenproteinisolat mit 25% BCAA und hochwertigen Co-Faktoren für Wachstum und Immunabwehr
 - Mikrogranuliertes Molkenprotein und Casein für langanhaltende Verfügbarkeit vor allem in der proteinarmen Nachtphase.
 - Proteinhydrolysate wie z.B. Glutaminpeptid für schnelle Regeneration nach harten Power-Trainings
 - Vitamine und Mineralstoffe

ANWENDUNG



Zur Unterstützung des Muskel- und Masseaufbaus bis 1 h vor dem Training, zur optimalen Erholung innert 1 h nach der Belastung einnehmen. 1-2 Shakes täglich.

GEBINDE/AROMEN

Dose à 2500 g

VANILLA

ZUTATEN Molkenprodukte 25%, Maltodextrin, Fructose, Dextrose, Magermilchpulver, MCT-Öl, Calciumcaseinat, Proteinhydrolysate, Verdickungsmittel, Aromen, Mineralstoffe, Sojalecithin, Vitamine, Aspartam. Enthält eine Phenylalaninquelle.

NÄHRWERTE

Nährwert	per 100 g Pulver		1 Shake = 40 g Pulver + 300 ml Milch ***	
Energie kJ (kcal)	1680 (397)		1100 (260)	
Protein	20 g		18.2 g	
Kohlenhydrate	68 g		41.3 g	
Fett	5 g		2.3 g	
Vitamine **		%ETD*		%ETD*
A	774 µg	97%	310 µg	39%
D	5.5 µg	110%	2.2 µg	44%
E	11 mg	110%	4.4 mg	44%
C	49.5 mg	83%	19.8 mg	33%
B1	1.5 mg	107%	0.7 mg	51%
B2	1.8 mg	110%	1.2 mg	78%
Niacin	19.8 mg	110%	8.1 mg	45%
B6	1.7 mg	83%	0.8 mg	40%
Folsäure	220 µg	110%	88 µg	44%
B12	1 µg	100%	1.5 µg	150%
Biotin	16.5 µg	11%	17 µg	11%
Pantothensäure	3.3 mg	55%	2.4 mg	40%
Mineralstoffe **		%ETD*		%ETD*
Natrium	390 mg	16%	270 mg	11%
Calcium	400 mg	50%	520 mg	65%
Magnesium	135 mg	45%	90 mg	30%
Iod	125 µg	83%	60 µg	40%
Zink	5 mg	33%	3.1 mg	21%
Eisen	7 mg	50%	3 mg	21%
Phosphor	325 mg	41%	430 mg	54%

*empfohlene Tagesdosis ** Mittelwerte ***entrahmt. (0.1% Fett)

Aminosäuren pro 100 g Pulver**		
essentiell	Histidin	0.42 g
	Isoleucin	1.07 g
	Leucin	1.87 g
	Lysin	1.52 g
	Methionin + Cystein	0.78 g
	Phenylalanin + Tyrosin	1.44 g
	Threonin	1.08 g
	Tryptophan	0.29 g
	Valin	1.13 g
nicht-essentiell	Alanin	0.78 g
	Arginin	0.55 g
	Asparaginsäure	1.84 g
	Glutaminsäure	3.83 g
	- davon Glutaminpeptid	0.4 g
	Glycin	0.39 g
	Prolin	1.6 g
Serin	0.94 g	