

Link do produktu: <https://www.dso.pl/ale-bcaa-glutamina-500-g-wysylka-0-zl-p-6845.html>



ALE BCAA + Glutamina 500 g - WYSYŁKA 0 zł

Cena

59.00 zł

Producent

ALE Active Life Energy

Opis produktu

ALE BCAA Glutamine + to suplement zawierający aminokwasy rozgałęzione BCAA z dodatkiem Glutaminy. BCAA to L-izoleucyna, L-leucyna i L-walina. Aminokwasy te są idealne do stosowania po treningu, szczególnie w okresie intensywnego treningu gdyż wspomagają regenerację po zakończonym wysiłku fizycznym.

BCAA w połączeniu z Glutaminą może być wykorzystywane we wszystkich rodzajach wysiłku fizycznego. Poza powszechnym wykorzystaniem w sportach siłowych, siłowo-szybkościowych oraz w sportach drużynowych, ALE BCAA Glutamine + jest efektywnie wykorzystane w treningu wytrzymałościowym w celu wspomagania odporności organizmu oraz jego regeneracji.

ALE BCAA Glutamine + to również farmaceutyczna jakość. W produkcji ALE BCAA Glutamine + wykorzystywane są wyłącznie aminokwasy o dobrej rozpuszczalności i najwyższej jakości, dzięki czemu napój spełnia bardzo ostre kryteria jakościowe.

Dawkowanie

Sporty siłowo-szybkościowe (trening siłowy, skoki, rzuty, biegi sprinterskie):

Rozpuścić 1/3miarki (1 porcja) w 150-200 ml wody. Spożywać 1 porcję przed treningiem oraz 1 porcję w trakcie lub bezpośrednio po treningu. Nie należy przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia. W okresie bardzo intensywnego treningu protokół suplementacji może ulec zmianie.

Sporty wytrzymałościowe (bieganie, kolarstwo, triathlon, pływanie, bieganie na nartach, wioślarstwo, kajakerstwo, łyżwiarstwo szybkie) w okresie budowania siły i szybkości:

Rozpuścić 1/3miarki (1 porcja) w 150-200 ml wody. Spożywać 1 porcję przed, w trakcie lub bezpośrednio po treningu. Nie należy przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia. W okresie bardzo intensywnego treningu protokół suplementacji może ulec zmianie.

Sporty drużynowe (piłka nożna, koszykówka, siatkówka, piłka ręczna, hokej, hokej na trawie, rugby, waterpolo):

Rozpuścić 1/3miarki (1 porcja) w 150-200 ml wody. Spożywać 1 porcję przed treningiem oraz 1 porcję w trakcie lub bezpośrednio po treningu. Nie należy przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia. W okresie bardzo intensywnego treningu protokół suplementacji może ulec zmianie.

Sporty indywidualne (tenis, tenis stołowy, squash, badminton, szermierka) w okresie budowania siły i szybkości:

Rozpuścić 1/3miarki (1 porcja) w 150-200 ml wody. Spożywać 1 porcję przed, w trakcie lub bezpośrednio po treningu. Nie należy przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia. W okresie bardzo intensywnego treningu protokół suplementacji może ulec zmianie.

Fitness (aerobik, aquaerobik, aquajogging, gimnastyka, crossfit):

Rozpuścić 1/3miarki (1 porcja) w 150-200 ml wody. Spożywać 1 porcję przed treningiem oraz 1 porcję w trakcie lub bezpośrednio po treningu. Nie należy przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia. W okresie bardzo intensywnego treningu protokół suplementacji może ulec zmianie.

Sporty walki (boks, kickboxing, taekwondo, karate, zapasy, judo, jujitsu):

Rozpuścić 1/3miarki (1 porcja) w 150-200 ml wody. Spożywać 1 porcję przed treningiem oraz 1 porcję w trakcie lub bezpośrednio po treningu. Nie należy przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia. W okresie bardzo intensywnego treningu protokół suplementacji może ulec zmianie.

Sporty zimowe i wodne (narciarstwo zjazdowe, surfing, windsurfing, kitesurfing, żeglarstwo) w okresie budowania siły i szybkości:

Rozpuścić 1/3miarki (1 porcja) w 150-200 ml wody. Spożywać 1 porcję przed, w trakcie lub bezpośrednio po treningu. Nie należy przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia. W okresie bardzo intensywnego treningu protokół suplementacji może ulec zmianie.

Okres rehabilitacji po urazach mięśniowych:

Rozpuścić 1/3 miarki (1 porcja) w 150-200 ml wody. Spożywać 1 porcję bezpośrednio po rehabilitacji. Nie należy przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia. W okresie bardzo intensywnego treningu protokół suplementacji może ulec zmianie.

Skład

Skład w 1 porcji (8,84 g):

L-Glutamina: 2,5 g

L-Leucyna: 2,5 g

L-Izoleucyna: 1,25 g

L-Walina: 1,25 g