Dane aktualne na dzień: 29-03-2024 07:38

Link do produktu: https://www.dso.pl/fitness-authority-crea-core-350-g-p-5875.html



FITNESS AUTHORITY Crea Core 350 g

Cena	**55.00 zł**
Cena poprzednia	~~**79.00 zł**~~
Producent	**Fitness Authority**

Opis produktu

FA CreaCore to mieszanka 3 różnych form kreatyny w celu zwiększenia wydolności fizycznej w trakcie treningu! Oparty na zaawansowanych formach kreatyn, w tym na popularnej kreatynie HCl (chlorowodorek kreatyny), wzbogacony beta-alaniną w opatentowanej formie CarnoSyn, która wpływa na ograniczenie akumulacji kwasu mlekowego w pracujących mięśniach a tym samym zmniejsza zakwaszenie mięśni podczas długotrwałych serii treningowych. Dodatek sproszkowanych nasion kozieradki pospolitej (Trigonella foenum-graecum L.) dostarczającej 4-hydroksyizoleucynę ma na celu wspomaganie ekstrakcji testosteronu, co wpływa na budowę beztłuszczowej masy mięśniowej. Każda forma kreatyny użyta w CreaCore została dodana w sposób przemyślany, aby Twoje efekty treningowe mogły osiągnąć kolejny, wyższy poziom.

Chlorowodorek kreatyny to forma kreatyny stabilizowana chlorowodorkiem. Dzięki takiemu połączeniu naukowcy otrzymali cząsteczkę kreatyny, która jest znacznie lepiej rozpuszczalna w wodzie od monohydratu kreatyny, co pozwala na lepsze przyswajanie cząsteczki w organizmie. Dodatkowo chlorowodorek kreatyny charakteryzuje się stabilnością w kaŜdym środowisku: kwaśnym, neutralnym i zasadowym. Stabilna cząsteczka kreatyny nie potrzebuje dodatkowych substancji buforujących, aby przejść przez przewód pokarmowy, gdzie środowisko zmienia się od kwaśnego panującego w żołądku do zasadowego będącego w dwunastnicy. Chlorowodorek kreatyny nie wpływa na wzdęcia, jakie towarzyszą suplementacji np.: monohydratem kreatyny oraz nie wymaga tzw.: fazy ładowania. Wywarcie kreatyny HCl pluszy komórkowej następuje niezwykle szybko z uwagi na jej wysoką biodostępność. Chlorowodorek kreatyny stanowi najlepszą część CreaCore i jako w nim kluczowy rolę zwiększa wydolność fizyczną w przypadku następujących po sobie krótkich, bardzo intensywnych ćwiczeń fizycznych.

Jabłczan dikreatyny to forma kreatyny sprzężona z kwasem jabłkowym w proporcji 2 cząsteczki kreatyny na jedną cząsteczkę kwasu jabłkowego. W porównaniu z tradycyjnym monohydratem jabłczan kreatyny charakteryzuje się lepszą rozpuszczalnością a dodatkowo dostarcza do organizmu cząsteczkę kwasu jabłkowego, który jest substratem w przemianach cyklu Krebsa prowadzących do wytworzenia energii w komórkach organizmu. Cykl ten po krótce jest kluczowym obok glikolizy szlakiem metabolicznym organizmu, w którym wytwarzana jest wysokoenergetyczna cząsteczka ATP – adenozyno trójfosforanu, czyli ostateczny substrat energetyczny dla pracujących mięśni. Dostarczając organizmowi kwas jabłkowy wraz z kreatyną, dodajemy w prostej linii mięśniom dodatkowe paliwo, które bez dodatkowych przemian może stanowić substrat do wytworzenia niezbędnej dla pracujących mięśni energii.

Alfaketoglutaran kreatyny to połączenie cząsteczki kreatyny z pośrednią cząsteczką cyklu Krebsa - alfaketoglutaranem. W konsekwencji fuzja ta zwiększa „energetyczność" związku oraz poprawia możliwości absorpcyjne kreatyny w organizmie. Alfaketoglutaran bzw.: AKG podobnie do kwasu jabłkowego jest donorem energii. Z uwagi na doskonałą rozpuszczalność w wodzie bardzo szybko dociera do mięśni gdzie zostaje spożytkowany. Ponadto wykazuje podobną odporność na kwaśne środowisko żołądka jak chlorowodorek kreatyny, nie przekształcając się w nieaktywną kreatyninę. Nie wymaga fazy ładowania.

Beta-alanina jako CarnoSyn to opatentowany cząsteczka beta-aminy. Aminokwasy w naturalnych warunkach występują powszechnie w formie alfa-aminokwasów, ale suplementacja beta-alininą ze względu na jej właściwości wydaje się być właściwa i pożądana. Beta-alanina odgrywa w organizmie istotną rolę w regulacji ilości obecnej karnozyny – substancji neutralizującej obecność w mięśniach kwasu mlekowego powstałego na skutek intensywnego treningu. Beta-alanina jest wewnątrzkomórkowym buforem, który ma zdolność buforowania jonów wodorowych (stabilizacji pH mięśniowego), których donorem jest wspomniany kwas mlekowy. Jony wodorowe blokują możliwość dalszej pracy mięśni poprzeczne prążkowanych poprzez upośledzenie komunikacji układu nerwowego z tkanką mięśniową, co w konsekwencji prowadzi do zaklamania procesu efektywnego skurczu mięśniowego. Okres aktywnego półtrwania beta-alininy jest bardzo długi i wynosi ok. 40 dni, zatem możliwości jej koncentracji w mięśniach zależą nie tyle od samej spożywanej ilości, ale od czasu jej stosowania. Według badań przyjmowanie beta-alininy przez okres ok. 10 tygodni zwiększa koncentrację karnozyny w mięśniach do 80%. Co to oznacza dla sportowca? Zwiększając koncentrację karnozyny w mięśniach typu drugiego (FTa, FTb – włókna podatne na rozrost masy) za pomocą suplementacji CreaCore, zwiększa się możliwość wbiciem mięśniowych do wchłaniania większej ilości jonów wodorowych H+ powstałych w wyniku wytworzenia kwasu mlekowego, zatem zapewniony zostaje optymalny poziom pH. Możesz ciężej i dłużej trenować a stosując zbilansowaną dietę białkową osiągniesz większe przyrosty masy mięśniowej.

Kozieradka pospolita, roślina dodana w celu zwiększenia stanu anabolicznego organizmu. Saponiny sterydowe kozieradki są prekursorami w syntezie hormonów o działaniu anabolicznym, ponadto zwiększają retencje azotu w ustroju, co pobudza syntezę białek. Ważnym składnikiem kozieradki dostarczanym w produkcie CreaCore jest jej czynny związek: 4-hydroksy-izoleucyna. Substancja podobna w działaniu do insuliny - obniżająca poziom cukru we krwi. Insulinomimetyczne właściwości kozieradki dosłownie włączają składniki aktywne takie jak aminokwasy, niezbędne dla rozbudowy komórek mięśniowych z krwiobiegu do tkanki mięśniowej

Dawkowanie i sposób użycia:

zmieszaj 1 czubatą miarkę proszku (7 g) ze 150 ml wody. Pij jedną porcję przed treningiem.

Skład w 1 porcji (7 g):
Chlorowodorek kreatyny 3000 mg
Jabłczan dikreatyny 1500 mg
Alfaketoglutaran kreatyny 500 mg
Beta-alanina (CarnoSyn) 1000 mg
Kozieradka pospolita Trigonella foenum-graecum L. 200 mg