

Link do produktu: <https://www.dso.pl/fitness-authority-hmb-pro-8000-250-tab-p-6820.html>



FITNESS AUTHORITY HMB Pro 8000 250 tab.

Cena	59.00 zł
Producent	Fitness Authority

Opis produktu

HMB - kwas beta-hydroksy-beta-metylomastłowy to organiczny związek chemiczny o postaci krótkołańcuchowego hydroksykwasu. Główna rola tej substancji polega na hamowaniu aktywności enzymów katabolicznych, głównie ubikwityny, co skutkuje spowolnieniem procesów rozpadu tkanki mięśniowej. Wokół tej właśnie funkcji HMB krąży najwięcej mitów. Amatorzy siłowni stosujący samo HMB liczyli na całkowitą ochronę tkanki mięśniowej przy dietach mających na celu redukcję masy ciała.

Szereg badań naukowych wykazał, że HMB wpływa również na obniżenie markerów świadczących o uszkodzeniu tkanki mięśniowej, takich jak fosfokinaza kreatynowa czy dehydrogenaza mleczanowa. Przypuszcza się, że zmniejszenie aktywności tych biomarkerów jest spowodowane ograniczeniem degradacji białek mięśniowych- wywołanych głównie wysiłkiem fizycznym. Jest to niezwykle istotne przy cyklach budowania masy mięśniowej, gdzie istotna jest przewaga procesów anabolicznych nad katabolicznymi. Przewagę tą możemy uzyskać nie tylko nasilając procesy anaboliczne ale również poprzez spowolnienie/zahamowanie procesów katabolicznych (których minimalizacja jest też istotna w okresach redukcji tkanki tłuszczowej). Badania potwierdzające obniżenie aktywności wymienionych biomarkerów były przeprowadzane na modelu ludzkim - m.in. na rugbistach.

Dawkowanie

Dawkowanie: spożywać do 8 tabletek dziennie. W dni treningowe: rano - na czczo, przed treningiem, po treningu i przed snem. W dni nietreningowe: rano - na czczo, o dowolnej porze dnia najlepiej po posiłku i przed snem.

Skład

Zawartość w 2 tabletkach:

β-hydroksy-β-metylomaślan wapnia 2000 mg
w tym HMB 1720 mg