Dane aktualne na dzień: 29-03-2024 09:06

Link do produktu: https://www.dso.pl/hi-tec-l-glutamin-400-g-p-919.html



HI TEC L-Glutamin 400 g

Cena	**64.00 zł**
Cena poprzednia	~~**116.50 zł**~~
Producent	**Hi Tec**

Opis produktu

L-glutamin - najważniejszy aminokwas dla rozwoju muskulatury

L-Glutamina jest najczęściej występującym aminokwasem we krwi i tkance mięśniowej (w postaci wolnej). Stanowi aż 60% puli aminokwasów proteogennych, budujących białka mięśniowe i jest niezbędnym źródłem paliwa dla komórek układu odpornościowego. Znacznie glutaminy przy dużych obciążeniach siłowych i wytrzymałościowych dorównuje a nawet przewyższa rolę aminokwasów rozgałęzionych BCAA. L-Glutamina stanowi istotny ustrojowy magazyn azotu, silnie hamuje procesy rozpadu tkanki mięśniowej, dzięki czemu ogranicza katabolizm wysiłkowy i powysiłkowy. Działanie glutaminy polega między innymi na zwiększonym uwodnieniu komórek mięśniowych. Duża objętość komórki stymuluje syntezę białek i glikogenu mięśniowego. Ponadto L-glutamina stymuluje wydzielanie hormonu wzrostu oraz insuliny, podwyższa stężenie glutationu w komórkach (chroni komórki przed „wolnymi rodnikami"), przyspiesza syntezę glikogenu mięśniowego oraz wątrobowego a dzięki właściwościom immunostymulującym ogranicza immunosupresję wywołaną intensywnym treningiem. Aminokwas ten łagodzi objawy osłabienia układu odpornościowego u przetrenowanych sportowców. Stosowanie glutaminy pomaga utrzymać wysokie tempo przemian energetycznych w tkanowym procesie uzyskiwania energii (cykl Krebsa), dzięki czemu wykazuje ona działanie energetyzujące.

L-Glutamina stanowi aż 60% puli aminokwasów budujących białka mięśniowe a przy dużych obciążeniach siłowych i wytrzymałościowych dorównuje a nawet przewyższa rolę aminokwasy rozgałęzione BCAA.

Aminokwas ten wzmocni Twoją odporność oraz łagodzi objawy osłabienia układu odpornościowego u przetrenowanych sportowców.

Sposób użycia:
Dni treningowe: stosować 2-5 g rano, po przebudzeniu; 2-5 g bezpośrednio po treningu; 2-5 g przed snem.
Dni nietreningowe: stosować 2-5 g rano, po przebudzeniu; 2-5 g przed snem.