Dane aktualne na dzień: 29-03-2024 03:35

Link do produktu: https://www.dso.pl/trec-creatine-micronized-taurine-900-g-p-7484.html




# TREC Creatine Micronized + Taurine 900 g

| | |
|---|---|
| Cena | **95.00 zł** |
| Cena poprzednia | ~~**89.00 zł**~~ |
| Producent | **Trec** |

## Opis produktu

CREATINE micronized 200 mesh + TAURINE 900 g

100% farmaceutycznej kreatyny mikronizowanej 200 mesh + taurina

Kreatyna przeznaczona jest dla sportowców dyscyplin siłowych, szybkościowo-siłowych i wytrzymałościowo-siłowych. Kreatyna jest suplementem wspomagającym przyrost siły oraz zwiększającym masę mięśniową (działanie anaboliczne). Pośrednio wpływa również na przyśpieszenie regeneracji organizmu poprzez poprawienie równowagi azotowej oraz opóźnienie redukcji białek (działanie antykataboliczne). Dzięki właściwemu zastosowaniu można w przeciągu kilku tygodni osiągnąć 10-20 procentowy przyrost siły oraz uzyskać od 3 do 5kg beztłuszczowej masy mięśniowej. Poprzez suplementację kreatyny zwiększa się jej stężenie w mięśniu o ok. 50%. Zapoczątkowuje to szereg reakcji, które powodują, iż komórki mięśniowe wchłaniają więcej wody (1g kreatyny wiąże około 50g wody). Zwiększona objętość komórki wywołuje zmiany napięcia wewnątrzkomórkowego, co organizm odbiera jako sygnał anaboliczny, tym samym pobudzając mięśnie do przyrostu.
Preparat został dodatkowo wzbogacony o taurynę, która wpływa pobudzająco na organizm oraz uczestniczy w procesach produkcji energii. Tauryna jest aminokwasem niebiałkowym w przemianach białkowych. Organizm wytwarza niewielkie ilości taurynę. Taurynę, podobnie jak glutaminę magazynuje azot w organizmie, zmniejsza tempo rozpadu białek - wykazuje działanie antykataboliczne, wykazuje podobny do insuliny wpływ na metabolizm węglowodanów - zmniejsza stężenie cukru we krwi.
W celu osiągnięcia trwałych efektów kreatynę najlepiej łączyć w jednym cyklu z: odżywką białkową, węglowodanowo - białkową, glutaminą, HMB lub aminokwasami.
Kreatyna mikronizowana 200 mesh firmy Trec Nutrition wyprodukowana jest przez najwiekszego producenta kreatyny na świecie amerykańskie laboratorium Ferro Pfanstehl. Kreatyna ta charakteryzuje się najwyższą czystością i wchłanialnością dzięki czemu otrzymała certyfikat jakości farmaceutycznej.

Sposób użycia:
Preparat należy stosować 2 x dziennie po jednej porcji ( 6,5 g).
W dni treningowe: Pierwszą porcję należy przyjąć 30 min przed treningiem, drugą porcję bezpośrednio po treningu.
W dni nietreningowe: Pierwszą porcję 15 min przed śniadaniem, drugą 15 min przed kolacją. Porcję kreatyny najlepiej przyjmować rozpuszczając ją w wodzie lub soku (w ok. 250 ml). Preparat najlepiej łączyć w jednej porcji z dekstrozą (ok.30g).
Zaleca się stosowanie preparatu przez okres 4-6 tygodni po którym powinien wystąpić okres 3-4 tygodni przerwy w jego spożywaniu.

UWAGA!
Wewnątrz opakowania znajduje się praktyczna miarka, według której można precyzyjnie odmierzyć porcje preparatu (1 płaska miarka to 6,5 g Creatine micronized 200 mesh + taurine).

| Skład preparatu w 1 porcji (6,5 g): | |
|---|---|
| | 5 g |
| Monohydrat Kreatyny | |
| | 1,5 g |
| Tauryna | |
| | 60 mg |
| Witamina C | |