

Link do produktu: <https://www.dso.pl/universal-creatine-creapure-500-g-p-1047.html>



UNIVERSAL Creatine Creapure 500 g

Cena	64.00 zł
Cena poprzednia	69.00 zł
Producent	Universal

Opis produktu

Universal Creatine to najwyższej jakości mikronizowany monohydrat kreatyny. Kreatyna jest ważnym źródłem energii dla intensywnych skurczów mięśni. Wystarczające zaopatrzenie organizmu w ten składnik jest bardzo ważne szczególnie dla przedstawicieli dyscyplin sportowych, w których decydującą rolę odgrywają siła i dynamika. **Kreatyna ma pośredni wpływ na przyrost beztłuszczowej masy mięśniowej.** ATP (trifosforan adenozyne) jest źródłem energii dla wszystkich skurczów mięśni (budowanie mięśni). Energia jest wytwarzana, gdy ATP uwalnia swoje grupy fosforanowe (ATP staje się wówczas ADP). Kreatyna zwraca fosforan z powrotem do ADP, powodując odnowienie ATP i tym samym przywracając zasoby ATP. Dzięki temu jesteś w stanie ćwiczyć ciężiej, dłużej i bardziej efektywnie. **Stosowanie kreatyny może zwiększyć Twoją siłę i osiągi.** Może pomóc w budowaniu masy beztłuszczowej poprzez powiększanie wielkości i uwadnianie komórek mięśniowych, tym samym tworząc niezbędne środowisko anaboliczne do wzrostu. **Zmikronizowanie kreatyny zapewnia poprawę wchłaniania oraz efektywność działania** w zakresie gospodarki wodno-elektrolitowej. Creapure Monohydrate przyspiesza przyrost siły magazynując większe ilości glikogenu. Poprzez uwalnianie grupy fosforanowej zwiększa aktywność mięśni oraz skraca czas regeneracji.

Dawkowanie

Dawkowanie: wymieszać jedną łyżeczkę do herbaty (5 g) kreatyny z sokiem owocowym lub wodą. Spożywać 2 porcje dziennie.

Skład

Skład w 1 porcji (5 g):
Monohydrat kreatyny: 5000 mg