Dane aktualne na dzień: 30-05-2020 11:03

Link do produktu: https://www.dso.pl/vital-max-creatin-1200-g-p-893.html

VITAL MAX Creatin 1200 g

Cena	**83.00 zł**
Cena poprzednia	~~**95.00 zł**~~
Producent	**Vital Max**

Opis produktu

Suplementacja kreatyną zwiększa resyntezę fosfokreatyny w mięśniach, zwłaszcza po wysiłku o dużej intensywności. Przyczynia się to do wzrostu wytrzymałości, wydolności, siły i masy mięśniowej. Kreatyna jest jednym z niewielu suplementów, których wysoka skuteczność poparta jest wieloma badaniami naukowymi. Z tego względu, a także ze względu na jej silne działanie, stała się jednym z najskuteczniejszych preparatów stosowanych w sportach siłowych, wytrzymałościowych i szybkościowych. Ważną zaletą kreatyny jest też zwiększona synteza białek co daje zwiększony efekt anaboliczny. Kreatyna Vital Max charakteryzuje się maksymalną czystością 99.99%, a także bardzo wysokim rozdrobnieniem cząsteczek, co znacznie ułatwia jej transport do mięśni.

Sposób użycia:
Sportowcy trenujący rekreacyjnie powinni spożywać 5–10g dziennie (w przypadku dawki 10g należy podzielić ją na dwie porcje po 5g). Porcję rozpuścić w 0,2 litra napoju. Kreatynę należy spożywać zawsze na pusty żołądek (najważniejsza porcja jest po treningu). Płaska łyżeczka od herbaty zawiera ok. 5g kreatyny.