

Product

Name: **Creatina EVOLUTION 3X**



Weight **0 kg**

DESCRIPCIÓN CREATINA CON FENOGRACO Y SAL ROSA

DENOMINACIÓN DE PRODUCTO/PRODUCT DESCRIPTION

Complemento Alimenticio a base de creatina, fenogreco y sal rosa.
Food supplement based on creatine, fenugreek and pink salt.

DESCRIPCIÓN

Diferentes estudios sugieren que la combinación de extracto de fenogreco y sal rosa (sodio) pueden ayudar al transporte de creatina al cerebro y el cuerpo sin tener que consumir hidratos de carbono simples.

Sal rosa del Himalaya ¿que aporta?

La creatina y el sodio son "co-transportadores", lo que significa que la absorción de creatina depende de tener niveles adecuados de sodio. Mediante la inclusión de sal rosa del Himalaya en la formula podemos restaurar los niveles de sodio en el organismo y maximizar la absorción.

¿Y el extracto de fenogreco?

La insulina es el transportador de la creatina y otros nutrientes a las células musculares. Es por eso que la mayoría de los otros productos que contienen algún tipo de azúcar o hidratos de carbono. El extracto de fenogreco activa naturalmente el receptor de la insulina mejorando la captación de creatina sin tener que consumir hidratos de carbono simples.

INGREDIENTES/INGREDIENTS

Creatina monohidrato, Fenogreco extracto (Trigonella foenum-graecum L.) - Semillas - Ratio 5:1, Sal rosa Celulosa microcristalina (agente de carga), Estearato de magnesio (antiaglomerante) y Gelatina (cápsula).

Creatine monohydrate, Fenugreek extract (Trigonella foenum-graecum L.) - Seeds - Ratio 5:1, Pink salt Microcrystalline Cellulose (bulking agent), Magnesium stearate (anticaking agent) and Gelatin (capsule).

SABORES/FLAVORS

Sin sabor.
Unflavored.

FORMATO/NET WEIGHT

120 tabletas.
120 tablets.

MODO DE EMPLEO/DIRECTIONS

Dosis diaria recomendada 4 cápsulas: Tomar 4 cápsulas 30 minutos antes del entrenamiento.
Recommended daily intake 4 capsules: Take 4 capsules 30 minutes before training.

CONDICIONES DE CONSERVACIÓN/STORAGE CONDITIONS

Mantener bien cerrado en un lugar fresco y seco al abrigo de la luz.
Store in a cool dry place, out of direct light and tightly closed.

ADVERTENCIAS/WARNINGS

- Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños.
- No superar la dosis diaria expresamente recomendada.
- Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustituto de una dieta equilibrada.
- Keep out of reach of young children.
- Do not exceed the stated recommended daily dose.
- Food supplements should not be used as a substitute for a balanced diet.

CREATINA CON FENOGRACO

INFORMACIÓN NUTRICIONAL NUTRITIONAL INFORMATION

	Por 4 Comprimidos / per 4 Tablets	VRN /NRV
Creatina monohidrato	2500 mg	
Creatine monohydrate		
Fenogreco extracto (Trigonella foenum-graecum L.)	450 mg	
- Semillas - Ratio 5:1		
Fenugreek extract (Trigonella foenum-graecum L.)		

- Seeds - Ratio 5:1

Sal rosa

250 mg

Pink Salt

REFERENCIAS CIENTIFICAS / SCIENTIFIC REFERENCES

Efectos de la combinación de creatina Plus extracto de fenogreco vs creatina más suplementos de carbohidratos en adaptaciones de entrenamiento de resistencia.

Effects of Combined Creatine Plus Fenugreek Extract vs. Creatine Plus Carbohydrate Supplementation on Resistance Training Adaptations.

Efectos de la suplementación oral de creatina en Fuerza muscular y composición corporal.

Effects of oral creatine supplementation on muscular strength and body composition.

Efectos de las semillas de fenogreco (*Trigonella foenum graecum*) sobre la capacidad de resistencia en ratones.

Effects of fenugreek seeds (*Trigonella foenum graecum*) extract on endurance capacity in mice.

Aspectos fisiológicos de la libido masculina mejorada por el extracto de *Trigonella foenum-graecum* estandarizado y la formulación mineral.

Physiological aspects of male libido enhanced by standardized *Trigonella foenum-graecum* extract and mineral formulation.

Optimización de la retención de creatina mediada por insulina durante la alimentación de creatina en humanos.

Optimization of insulin-mediated creatine retention during creatine feeding in humans.

La ingestión de carbohidratos aumenta la acumulación de creatina en el músculo esquelético durante la suplementación con creatina en humanos.

Carbohydrate ingestion augments skeletal muscle creatine accumulation during creatine supplementation in humans.