

# Magnesiumcitrat 120



60 Kapseln

PZN (AT) 3296372, PZN (D) 00168018

## Inhalt

51 g, Nahrungsergänzungsmittel

## Verzehrempfehlung

Täglich 2 x 1 Kapsel mit viel Flüssigkeit zwischen den Mahlzeiten verzehren.

Tipp: Wusstest du, dass es besser ist über den Tag verteilt mehrere kleinere Mengen Magnesium zu dir zu nehmen? So erreichst du eine effektivere Aufnahme des Mineralstoffs. Also besser 2-3x täglich etwa 100-150 mg!



Reinsubstanzen



Vegan



Fruktosefrei



Glutenfrei



Laktosefrei



Sojafrei

## Über das Produkt

Magnesium gilt als Tausendsassa unter den Mikronährstoffen. In unserem Körper ist es an mehr als 300 Stoffwechsellvorgängen beteiligt. Magnesium ist wichtig für die Aufrechterhaltung der Elektrolytbalance in den Zellen und ist ein unverzichtbarer Partner für deine sportlichen Ambitionen! Das Mineral unterstützt den Energiestoffwechsel und reguliert die Reizübertragung in Muskeln und Nerven. Magnesium wird überwiegend in den Knochen- und Muskelzellen gespeichert. Gerade bei zunehmender Trainingsintensität ist eine optimale Versorgung mit Magnesium daher unverzichtbar, um sie in Topform zu halten. Magnesium in der organischen Citratverbindung ist optimal und schnell bioverfügbar.

## Gesundheitlicher Nutzen der Inhaltsstoffe

- Für mehr Energie: Magnesium trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei und leisten einen Beitrag zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung.
- Für die Muskeln: Magnesium unterstützen die normale Funktion der Muskeln.
- Für die Nerven: Magnesium unterstützt eine normale Funktion des Nervensystems.

## Inhaltsstoffe pro Tagesdosis

2 Kapseln

% NRV\*

Magnesium

240 mg

64

\* % der Referenzmenge nach EU-Verordnung 1169/2011

## Zutaten

Magnesiumcitrat, Hydroxypropylmethylcellulose (Kapselhülle).

## Wichtige Hinweise

Bei Raumtemperatur, trocken und lichtgeschützt lagern. Vor Wärme schützen. Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren. Ohne Farbstoffe, laut Gesetz ohne Konservierungsstoffe. Hinweis: Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung. Eine gesunde Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind wichtig. Etwaige Druck- und Satzfehler vorbehalten. Stand: 25.11.2024.