

CREATIN BP PORTOCALĂ

**pulbere pentru soluție orală
cu îndulcitor**



SUPLIMENT ALIMENTAR

Compoziție

Ingrediente active	Cantitate/plic	%, VNR
Creatină monohidrat	5 g	*

VNR – valoarea nutrițională de referință

* valoarea nutrițională de referință nu este determinată

Alte ingrediente: acid citric (corector de aciditate), aromă de portocală, zaharină sodică (îndulcitor).

Domeniul de aplicare

Pentru nutriția sportivilor în perioadele de antrenament intens, suplimentar la dieta de bază, în conformitate cu programul conceput pentru diverse tipuri de sport, sub supravegherea unui medic sportiv sau nutriționist sportiv.

Proprietăți

Creatina monohidrat este unul dintre cele mai populare suplimente folosite de către sportivi, care prin intermediul antrenamentelor de forță, tind să își dezvolte masa musculară și să își maximizeze performanțele. Creatina este o substanță produsă în mod natural în organism din aminoacizii glicină, arginină și metionină. Se găsește și în multe alimente bogate în proteine, precum pește și carne.

Creatina joacă un rol-cheie în transportul și stocarea de energie în fiecare celulă. Studiile au arătat că un consum zilnic de 3 g de creatină poate crește performanța fizică la adulți în eforturi succesive din timpul exercițiilor fizice de scurtă durată și de mare intensitate.

Consumul zilnic de creatină poate potența efectul antrenamentului de rezistență asupra forței musculare la adulți cu vârste de peste 55 de ani:

- care efectuează cu regularitate antrenamente de rezistență;
- efectul benefic se obține la consumul zilnic de 3 g de creatină în combinație cu un antrenament de rezistență, care permite creșterea în timp a sarcinii de antrenament și care ar trebui efectuat cel puțin de trei ori pe săptămână timp de mai multe săptămâni, la o intensitate de cel puțin 65-75 % din sarcina maximă pentru o repetiție. Sarcina maximă pentru o repetiție este greutatea sau forța maximă pe care o poate exercita o persoană la o singură ridicare.

La momentul, creatina monohidrat este cel mai studiat supliment de către oamenii de știință, iar siguranța sa a fost confirmată în mod repetat. A fost remarcat, de asemenea, efectul pozitiv al suplimentului asupra rezistenței generale a organismului, accelerarea metabolismului și îmbunătățirea sintezei proteice.

Recomandări pentru utilizare

- Produsul este destinat persoanelor care doresc să-și mărească în mod activ capacitatea fizică în perioadele de efort intensiv.
- Suplimentarea cu creatină poate fi utilă, de asemenea, pentru vegetarieni sau pentru persoanele care consumă foarte puțină carne și, prin urmare, mai puțin sau deloc creatină.

Contribuie la:

- creșterea nivelului energetic al organismului;
- creșterea performanței fizice;
- procesul de recuperare și refacere a organismului după depunerea de efort.

Mod de utilizare

Conținutul unui plic (5 g creatină monohidrat) se amestecă cu 200-250 ml de apă, suc sau băutura dvs. preferată. Câte 1-2 plicuri pe zi înainte sau după antrenament. În zilele fără antrenamente, utilizați câte un plic dimineața.

Sfaturi: beți cel puțin 8 pahare de apă zilnic când suplimentați cu creatină. Consumul de carbohidrați simpli împreună cu creatină poate contribui la îmbunătățirea eficacității generale.

Atenționări

Suplimentele alimentare nu trebuie să înlocuiască un regim alimentar variat, echilibrat și un mod de viață sănătos.

A nu se depăși doza recomandată pentru consumul zilnic.

A nu se consuma dacă sunteți alergic la unul din ingrediente.

A nu se lăsa la îndemâna și la vederea copiilor.

Femeile însărcinate sau care alăptează, persoanele cu vârsta sub 18 ani și persoanele care iau medicamente sau suferă de o problemă medicală ar trebui să consulte medicul înainte de a utiliza acest produs.

A se consuma, de preferință, înainte de sfârșitul perioadei de valabilitate înscrisă pe ambalaj.

Ambalaj

30 plicuri a câte 5,43 g pulbere pentru soluție orală.

Condiții de păstrare

A se păstra la loc protejat de lumină și la temperaturi ce nu depășesc 25 °C.

Denumirea și adresa producătorului

S.C. Balkan Pharmaceuticals S.R.L.,

str. Industrială, 7/A, MD-2091, or. Sîngera, Republica Moldova,

Tel.: (+373) 22 53 61 60

Deținătorul certificatului de înregistrare

S.C. Balkan Pharmaceuticals S.R.L.

str. Industrială, 7/A, MD-2091, or. Sîngera, Republica Moldova

Tel.: (+373) 22 53 61 60

КРЕАТИН ВР

АПЕЛЬСИН

порошок для приготовления раствора для приема внутрь с подсластителем



ДОБАВКА К ПИЩЕ

Состав

Активные ингредиенты	Количество/пакетик	%, РНП
Креатина моногидрат	5 г	*

РНП – рекомендуемая норма потребления

* рекомендуемая норма потребления не установлена

Прочие ингредиенты: лимонная кислота (регулятор кислотности), ароматизатор апельсина, сахаринат натрия (подсластитель).

Область применения

Для питания спортсменов в период интенсивных тренировок в дополнение к основному рациону в соответствии с программой, разработанной для данных видов спорта, под наблюдением спортивного врача или специалиста по спортивному питанию.

Свойства

Креатина моногидрат - одна из самых популярных добавок, используемых спортсменами, которые посредством силовых тренировок стремятся развить мышечную массу и максимизировать свои результаты. Креатин - это вещество, вырабатываемое организмом естественным путем из аминокислот глицина, аргинина и метионина. Также содержится во многих продуктах питания, богатых белком, таких как рыба и мясо.

Креатин играет ключевую роль в транспортировке и хранении энергии в каждой клетке. Исследования показали, что ежедневный прием 3 г креатина может повысить физическую работоспособность у взрослых людей при последовательных усилиях во время коротких и высокоинтенсивных тренировок.

Ежедневное потребление креатина может усилить эффект силовых упражнений на мышечное усилие у взрослых людей старше 55 лет:

- которые ежедневно занимаются силовыми упражнениями;
- благоприятное воздействие достигается при ежедневном потреблении 3 г креатина в сочетании с силовыми упражнениями, что позволяет со временем увеличить нагрузку упражнений, которые должны проводиться минимум 3 раза в неделю в течение нескольких недель, при интенсивности не менее 65-75 % максимальной нагрузки при одной тренировке. Максимальная нагрузка при одной тренировке является тяжестью или максимальным усилием, которое может осуществить человек при одном подтягивании.

На данный момент креатин моногидрат является наиболее исследованной учёными добавкой, а её безопасность многократно подтверждена. Также отмечено положительное влияние добавки на общую выносливость организма, ускорение метаболизма и улучшение синтеза белка.

Рекомендации по применению

- Продукт предназначен для людей, которые хотят активно повысить свои физические возможности в периоды интенсивных нагрузок.
- Добавки креатина также могут быть полезны для вегетарианцев или людей, которые потребляют очень мало мяса, следовательно, меньше креатина, или вообще не потребляют его.

Способствует

- повышению энергетического уровня организма;
- повышению физической работоспособности;
- процессу восстановления организма после физических нагрузок.

Способ применения

Смешайте содержимое одного пакетика (5 г креатина моногидрат) с 200-250 мл воды, сока или любимого напитка. По 1-2 пакетика в день до или после тренировки. В дни без тренировок принимайте по одному пакету утром.

Советы: при приеме добавок креатина пейте не менее 8 стаканов воды в день. Употребление простых углеводов с креатином может повысить его общую эффективность.

Предупреждения

Добавки к пище не являются заменителями разнообразного и сбалансированного питания, а также здорового образа жизни.

Не превышать рекомендуемую дозу суточного потребления.

Не употреблять при аллергии на компоненты продукта.

Хранить в недоступном для детей месте.

Беременным или кормящим женщинам, лицам в возрасте до 18 лет, а также страдающим заболеваниями или принимающим лекарства, следует проконсультироваться с врачом перед использованием продукта.

Употребить, предпочтительно, до конца срока годности, указанного на упаковке.

Упаковка

30 пакетиков по 5,43 г порошка для приготовления раствора для приема внутрь.

Условия хранения

Хранить в защищенном от света месте, при температуре не выше 25 °С.

Название и адрес производителя

К.П. Balkan Pharmaceuticals O.O.O.,

ул. Индустриальная, 7/А, MD-2091, г. Сынджера, Республика Молдова,

Тел.: (+373) 22 53 61 60

Владелец сертификата регистрации

К.П. Balkan Pharmaceuticals O.O.O.

ул. Индустриальная, 7/А, MD-2091, г. Сынджера,

Республика Молдова

Тел.: (+373) 22 53 61 60

CREATIN BP

pulbere pentru soluție orală



SUPLIMENT ALIMENTAR

Compoziție

Ingrediente active	Cantitate/plic	%, VNR
Creatină monohidrat	5 g	*

VNR – valoarea nutrițională de referință

* valoarea nutrițională de referință nu este determinată

Alte ingrediente: lipsesc.

Domeniul de aplicare

Pentru nutriția sportivilor în perioadele de antrenament intens, suplimentar la dieta de bază, în conformitate cu programul conceput pentru diverse tipuri de sport, sub supravegherea unui medic sportiv sau nutriționist sportiv.

Proprietăți

Creatina monohidrat este unul dintre cele mai populare suplimente folosite de către sportivi, care prin intermediul antrenamentelor de forță, tind să își dezvolte masa musculară și să își maximizeze performanțele. Creatina este o substanță produsă în mod natural în organism din aminoacizii glicină, arginină și metionină. Se găsește și în multe alimente bogate în proteine, precum pește și carne.

Creatina joacă un rol-cheie în transportul și stocarea de energie în fiecare celulă. Studiile au arătat că un consum zilnic de 3 g de creatină poate crește performanța fizică la adulții în eforturi succesive din timpul exercițiilor fizice de scurtă durată și de mare intensitate.

Consumul zilnic de creatină poate potența efectul antrenamentului de rezistență asupra forței musculare la adulții cu vârste de peste 55 de ani:

- care efectuează cu regularitate antrenamente de rezistență;
- efectul benefic se obține la consumul zilnic de 3 g de creatină în combinație cu un antrenament de rezistență, care permite creșterea în timp a sarcinii de antrenament și care ar trebui efectuat cel puțin de trei ori pe săptămână timp de mai multe săptămâni, la o intensitate de cel puțin 65-75 % din sarcina maximă pentru o repetiție. Sarcina maximă pentru o repetiție este greutatea sau forța maximă pe care o poate exercita o persoană la o singură ridicare.

La moment, creatina monohidrat este cel mai studiat supliment de către oamenii de știință, iar siguranța sa a fost confirmată în mod repetat. A fost remarcat, de asemenea, efectul pozitiv al suplimentului asupra rezistenței generale a organismului, accelerarea metabolismului și îmbunătățirea sintezei proteice.

Recomandări pentru utilizare

- Produsul este destinat persoanelor care doresc să-și mărească în mod activ capacitatea fizică în perioadele de efort intensiv.
- Suplimentarea cu creatină poate fi utilă, de asemenea, pentru vegetarieni sau pentru persoanele care consumă foarte puțină carne și, prin urmare, mai puțin sau deloc creatină.

Contribuie la:

- creșterea nivelului energetic al organismului;
- creșterea performanței fizice;
- procesul de recuperare și refacere a organismului după depunerea de efort.

Mod de utilizare

Conținutul unui plic (5 g) se amestecă cu 200-250 ml de apă, suc sau băutura dvs. preferată. Câte 1-2 plicuri pe zi înainte sau după antrenament. În zilele fără antrenamente, utilizați câte un plic dimineața.

Sfaturi: beți cel puțin 8 pahare de apă zilnic când suplimentați cu creatină. Consumul de carbohidrați simpli împreună cu creatină poate contribui la îmbunătățirea eficacității generale.

Atenționări

Suplimentele alimentare nu trebuie să înlocuiască un regim alimentar variat, echilibrat și un mod de viață sănătos.

A nu se depăși doza recomandată pentru consumul zilnic.

A nu se consuma dacă sunteți alergici la unul din ingrediente.

A nu se lăsa la îndemâna și la vederea copiilor.

Femeile însărcinate sau care alăptează, persoanele cu vârsta sub 18 ani și persoanele care iau medicamente sau suferă de o problemă medicală ar trebui să consulte medicul înainte de a utiliza acest produs.

A se consuma, de preferință, înainte de sfârșitul perioadei de valabilitate înscrisă pe ambalaj.

Ambalaj

30 plicuri a câte 5 g pulbere pentru soluție orală.

Condiții de păstrare

A se păstra la loc protejat de lumină și la temperaturi ce nu depășesc 25 °C.

Denumirea și adresa producătorului

S.C. Balkan Pharmaceuticals S.R.L.,

str. Industrială, 7/A, MD-2091, or. Singera, Republica Moldova,

Tel.: (+373) 22 53 61 60

Deținătorul certificatului de înregistrare

S.C. Balkan Pharmaceuticals S.R.L.

str. Industrială, 7/A, MD-2091, or. Singera, Republica Moldova

Tel.: (+373) 22 53 61 60

КРЕАТИН ВР

порошок для приготовления
раствора для приема внутрь



ДОБАВКА К ПИЩЕ

Состав

Активные ингредиенты	Количество/пакетик	%, РНП
Креатина моногидрат	5 г	*

РНП – рекомендуемая норма потребления

* рекомендуемая норма потребления не установлена

Прочие ингредиенты: отсутствуют.

Область применения

Для питания спортсменов в период интенсивных тренировок в дополнение к основному рациону в соответствии с программой, разработанной для данных видов спорта, под наблюдением спортивного врача или специалиста по спортивному питанию.

Свойства

Креатина моногидрат - одна из самых популярных добавок, используемых спортсменами, которые посредством силовых тренировок стремятся развить мышечную массу и максимизировать свои результаты. Креатин - это вещество, вырабатываемое организмом естественным путем из аминокислот глицина, аргинина и метионина. Также содержится во многих продуктах питания, богатых белком, таких как рыба и мясо. Креатин играет ключевую роль в транспортировке и хранении энергии в каждой клетке. Исследования показали, что ежедневный прием 3 г креатина может повысить физическую работоспособность у взрослых людей при последовательных усилиях во время кратковременных и высокоинтенсивных тренировок.

Ежедневное потребление креатина может усилить эффект силовых упражнений на мышечное усилие у взрослых людей старше 55 лет:

- которые ежедневно занимаются силовыми упражнениями;
- благоприятное воздействие достигается при ежедневном потреблении 3 г креатина в сочетании с силовыми упражнениями, что позволяет со временем увеличить нагрузку упражнений, которые должны проводиться минимум 3 раза в неделю в течение нескольких недель, при интенсивности не менее 65-75 % максимальной нагрузки при одной тренировке. Максимальная нагрузка при одной тренировке является тяжелой или максимальным усилием, которое может осуществить человек при одном поднятии.

На данный момент креатин моногидрат является наиболее исследованной учёными добавкой, а её безопасность многократно подтверждена. Также отмечено положительное влияние добавки на общую выносливость организма, ускорение метаболизма и улучшение синтеза белка.

Рекомендации по применению

- Продукт предназначен для людей, которые хотят активно повысить свои физические возможности в периоды интенсивных нагрузок.
- Добавки креатина также могут быть полезны для вегетарианцев или людей, которые потребляют очень мало мяса, следовательно, меньше креатина, или вообще не потребляют его.

Способствует

- повышению энергетического уровня организма;
- повышению физической работоспособности;
- процессу восстановления организма после физических нагрузок.

Способ применения

Смешайте содержимое одного пакетика (5 г) с 200-250 мл воды, сока или любимого напитка. По 1-2 пакетика в день до или после тренировки. В дни без тренировок принимайте по одному пакетик утром.

Советы: при приеме добавок креатина пейте не менее 8 стаканов воды в день. Употребление простых углеводов с креатином может повысить его общую эффективность.

Предупреждения

Добавки к пище не являются заменителями разнообразного и сбалансированного питания, а также здорового образа жизни.

Не превышать рекомендуемую дозу суточного потребления.

Не употреблять при аллергии на компоненты продукта.

Хранить в недоступном для детей месте.

Беременным или кормящим женщинам, лицам в возрасте до 18 лет, а также страдающим заболеваниями или принимающим лекарства, следует проконсультироваться с врачом перед использованием продукта.

Употребить, предпочтительно, до конца срока годности, указанного на упаковке.

Упаковка

30 пакетиков по 5 г порошка для приготовления раствора для приема внутрь.

Условия хранения

Хранить в защищенном от света месте, при температуре не выше 25 °С.

Название и адрес производителя

К.П. Balkan Pharmaceuticals O.O.O.,

ул. Индустриальная, 7/А, MD-2091, г. Синджера, Республика Молдова,

Тел.: (+373) 22 53 61 60

Владелец сертификата регистрации

К.П. Balkan Pharmaceuticals O.O.O.

ул. Индустриальная, 7/А, MD-2091, г. Синджера,

Республика Молдова

Тел.: (+373) 22 53 61 60