

GAIN PRO PLUS

Cookie & Cream Geschmack

Diätetisches Lebensmittel für intensive Muskelanstrengungen, insbesondere für Hochleistungssportler im Kraftsport und in den Schnellkraftsportarten. Pulver mit Hafermehl, Molkenprotein und Kreatinmonohydrat zur Herstellung eines Shakes. Mit Süßungsmitteln.

Zutaten: **Hafer**mehl (77 %), **Molken**protein (11%) (enthält Emulgator **Soja**lecithine), Kreatinmonohydrat (4,5 %), **Gersten**flockenmehl, Aroma, **Weizen**crispiess (1,3 %) (**Weizen**mehl, Zucker, fettarmer Kakao (10 % Fett), **Weizen**malz, Salz, natürliches Vanillearoma), fettreduziertes Kakaopulver, Süßungsmittel (Cyclamat, Saccharin, Sucralose). Kann Spuren von **Ei** und **Lupine** enthalten.

Durchschnittliche Nährwerte	pro 100 g	pro Portion (75 g/ 500 ml Milch (1,5 % Fett))
Energie	1498 kJ 358 kcal	2119 kJ 504 kcal
Fett davon gesättigte Fettsäuren	6,5 g 1,5 g	12,3 g 5,9 g
Kohlenhydrate davon Zucker	53,9 g 1,4 g	64,4 g 25,3 g
Eiweiß	20 g	31,9 g
Salz	0,18 g	0,75 g
Besondere Inhaltsstoffe		
Kreatinmonohydrat (Creapure®)	4,5 g	3,4 g
davon Kreatin	4,0 g	3,0 g

100 ml verzehrfertiger Shake (hergestellt aus 75 g Pulver/ 500 ml fettarmer Milch (1,5 % Fett) enthalten 372 kJ /88 kcal.

Verzehrempfehlung: Pro Portion 75 g **Gain Pro Plus** mit 500 ml gut gekühlter, fettarmer Milch (1,5 % Fett) im Shaker mixen. 4 Wochen lang täglich 1 Portion trinken. Anschließend 4 Wochen Pause einlegen.

Wichtige Hinweise:

Gain Pro Plus ist nicht zur Dauerernährung geeignet. Die Höchstdosis an Kreatin ist generell auf 3 g pro Tag zu beschränken (enthalten in 1 Portion **Gain Pro Plus**). Bei regelmäßiger Anwendung kann es zur Gewichtszunahme kommen. Das Produkt eignet sich nicht für Kinder und Jugendliche sowie schwangere und stillende Frauen.

Gain Pro Plus ist kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise.

Proteine tragen zum Aufbau von Muskelmasse bei. Kreatin erhöht die körperliche Leistung bei Schnellkrafttraining im Rahmen kurzzeitiger intensiver Betätigung. Die positive Wirkung stellt sich bei einer täglichen Aufnahme von 3 g Kreatin ein (enthalten in einer Portion **Gain Pro Plus**).

Kühl und trocken lagern.

Inhalt: 1350 g (= 18 Portionen)