

# orthomol sport prepare



68108-00

## Liebe Sportlerin, lieber Sportler,

wir freuen uns, dass Sie sich für Orthomol Sport prepare entschieden haben, ein Qualitätsprodukt der Firma Orthomol. Orthomol setzt seine ganze Erfahrung und sein Wissen bei der Herstellung von orthomolekularen Mikronährstoffkombinationen ein, um Sie mit hochwertigen Produkten für Ihre Gesundheit zu unterstützen. Das Orthomol-Multi-Sport-Prinzip ergänzt das Produktsortiment um Kombinationen aus sportrelevanten Mikro- und Makronährstoffen. In diesem Packungsbeileger finden Sie Informationen zum Produkt und seinen Inhaltsstoffen sowie wichtige Hinweise zur Einnahme. Wenn Sie weitere Fragen haben, sprechen Sie bitte mit Ihrem Arzt.

## Was ist Orthomol Sport prepare?

Orthomol Sport prepare ist ein Fruchtriegel mit wichtigen Nährstoffen zur Vorbereitung auf die sportliche Leistung. Er enthält u. a. Koffein, BCAAs, Kreatin, Arginin, Glucosamin, Chondroitinsulfat und Hyaluronsäure. Koffein trägt zu einer Steigerung der Ausdauerleistung bei. Die positive Wirkung stellt sich bei einer Koffeineinnahme von 3 mg pro Kilogramm Körpergewicht ein, bei einer Aufnahme ca. 1 Stunde vor körperlicher Betätigung. Zu den BCAAs (verzweigtkettige Aminosäuren) zählen Leucin, Isoleucin und Valin.

## Wie nehme ich Orthomol Sport prepare ein?

Einen Riegel (= 1 Portion) ca. 1 Stunde vor der sportlichen Aktivität essen.

## Wie lange soll ich Orthomol Sport prepare einnehmen?

Der Riegel eignet sich zum regelmäßigen täglichen Verzehr.

## Was muss ich beachten?

- Orthomol Sport prepare enthält Koffein (223 mg/100 g). Für Kinder, schwangere oder stillende Frauen und koffeinempfindliche Personen nicht empfohlen.
- Achten Sie auf eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und auf eine gesunde Lebensweise.

## Wie lagere ich Orthomol Sport prepare?

Bevorzugt kühl und trocken aufbewahren.

## In welchen Darreichungsformen ist Orthomol Sport prepare erhältlich?

- Riegel

## Wo erhalte ich weitere Informationen?

Wenn Sie mehr über orthomolekulare Ernährung erfahren möchten, hilft Ihnen unser Service-Center unter 02173 9059-0 gerne weiter.

## Herzlichst

### Ihre Orthomol GmbH

Herzogstraße 30  
40764 Langenfeld  
Telefon 02173 9059-0  
info@orthomol-sport.de  
www.orthomol-sport.de

orthomol



# orthomol sport prepare



## Durchschnittliche Nährwerte

1 Riegel zu 36 g

|                          | pro Riegel               | pro 100 g                  |
|--------------------------|--------------------------|----------------------------|
| <b>Brennwert/Energie</b> | <b>551 kJ (131 kcal)</b> | <b>1.532 kJ (364 kcal)</b> |
| Fett, davon              | 3,3 g                    | 9,2 g                      |
| gesättigte Fettsäuren    | 1,2 g                    | 3,4 g                      |
| Kohlenhydrate, davon     | 18 g                     | 50 g                       |
| Zucker                   | 12 g                     | 34 g                       |
| Ballaststoffe            | 3,4 g                    | 9,5 g                      |
| Eiweiß                   | 5,4 g                    | 15 g                       |
| Salz                     | 0,09 g                   | 0,24 g                     |
| Koffein                  | 80 mg                    | 223 mg                     |
| L-Leucin                 | 1.200 mg                 | 3.333 mg                   |
| L-Isoleucin              | 600 mg                   | 1.667 mg                   |
| L-Valin                  | 600 mg                   | 1.667 mg                   |
| L-Arginin                | 800 mg                   | 2.222 mg                   |
| Chondroitin              | 120 mg                   | 334 mg                     |
| Glucosamin               | 240 mg                   | 667 mg                     |
| Hyaluronsäure            | 16 mg                    | 45 mg                      |
| Kreatin                  | 800 mg                   | 2.222 mg                   |

## Zutaten

Datteln (41 %), Apfelpaste (Apfelsaftkonzentrat, Apfelpüreekonzentrat) (15 %), gehackte **Mandeln** (8 %), Isomaltulose\*, Kakaomasse, Reismehl, Citrusfaser, L-Leucin (3,3 %), Kreatinmonohydrat (2,5 %), L-Arginin (2,2 %), Kakaobutter, L-Isoleucin (1,7 %), L-Valin (1,7 %), Guarana-Extrakt mit Koffein (1 %) (aus *Paullinia cupana*), Glucosaminhydrochlorid (0,8 %), Säuerungsmittel Citronensäure, Chondroitinsulfat (0,4 %), natürliches Aroma, Hyaluronsäure (0,05 %).

Kann Spuren von **Soja, Gluten, Ei, Milch, Erdnüssen** und anderen **Schalenfrüchten** enthalten.

\*Isomaltulose ist eine Glukose- und Fruktosequelle.



Für mehr Transparenz und Sicherheit wird Orthomol Sport prepare in der **Kölner Liste®** geführt.