

DE Nahrungsergänzungsmittel mit Kreatin. Zutaten: Kreatin-monohydrat (100% Creapure®). **Verzehrempfehlung:** Bei intensiver körperlicher Betätigung 4 Wochen täglich 3,4 g Pulver (1 gestrichener Messlöffel) mit ausreichend Flüssigkeit verzehren. Dann 4 Wochen Pause einlegen. **Hinweise:** Kreatin eignet sich nicht für eine Langzeiternährung, für Kinder und Jugendliche, sowie für Personen mit Nierendysfunktion. Bei regelmäßiger Zufuhr kann es zu einer Gewichtszunahme kommen. Angegebene Tagesdosis nicht überschreiten. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern. Dieses Produkt ist kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Nicht geeignet für kleine Kinder und Jugendliche sowie für schwangere oder stillende Frauen. Kühl und trocken lagern.

GB Food supplement with creatine. Ingredients: creatine monohydrate (100% Creapure®). **Recommendation:** During intense physical exercise take 4 weeks 3.4 g powder (1 level measuring spoon) per day with plenty of liquid. Then stop for 4 weeks. **Warning:** Creatine is not suitable for long term consumption, for children and adolescents, and for persons with renal dysfunction. Regular consumption can lead to weight gain. Do not exceed the recommended daily dose. Keep out of reach of small children. This product is no substitute for a balanced and varied diet and a healthy lifestyle. Product not recommended for pregnant or lactating women. Store in a cool and dry place.

Inhalt: Pulver
Net weight: Powder
Poids net: de Poudre
Peso netto: di Polvere

425 g e

Portionen
Servings
Portions
Porzioni

125



Barattolo PAP 21 Carta
Sigillo ALU 41 Alluminio e metallo
Tappo G Misurino PP 5 Plastica
→ Raccolta Differenziata

NUTRICHEM DIÄT + PHARMA GMBH, 91154 Roth, Deutschland

DE AT INKO GmbH, Int. Auftragszentrum
Am Espan 1-3, D-91154 Roth

CH Soledor AG, Grüngenstrasse 19, CH-4416 Bubendorf
IT INKO Italia S.r.l., Via Verga 6/8, I-57017 Stagno (LI)

FR Complément alimentaire d'apport en créatine. Ingrédients : créatine monohydrate (100% Creapure®). **Conseils d'utilisation :** 3,4 g de poudre (1 dosette rase) par jour avec un grand verre d'eau, pendant une activité physique intensive. Puis arrêter pendant 4 semaines. **Précautions d'emploi :** la créatine est déconseillée en utilisation permanente, aux enfants et adolescents, ainsi qu'aux personnes souffrant d'insuffisance rénale. Une consommation régulière peut entraîner une prise de poids. Ne pas dépasser la dose journalière recommandée. Tenir hors de portée des jeunes enfants. Les compléments alimentaires ne peuvent se substituer à une alimentation variée et équilibrée et un mode de vie sain. Ne convient pas aux femmes enceintes ou allaitées. Conserver au sec et au frais.

IT Integratore alimentare con creatina. Ingredienti: creatina monoidrato (100% Creapure®). **Consigli d'uso:** Prendere 4 settimane 3,4 g di polvere (1 misurino raso) al giorno con abbondante liquid durante un'intensa attività fisica. Poi fermarsi per 4 settimane. **Avvertenza:** creatina non è adatto per il consumo a lungo termine e per i bambini/adolescenti. Con l'assunzione regolare può portare a un aumento di peso. Il prodotto è controindicato nei casi di patologia renale, in gravidanza e al di sotto dei 12 anni. Non eccedere le dosi giornaliere raccomandate. Tenere il prodotto lontano dalla portata dei bambini. Questo prodotto non è un sostituto di una dieta variata ed equilibrata e di uno stile di vita sano. Non utilizzare in gravidanza e l'allattamento e nei bambini, o comunque per periodi prolungati senza sentire il parere del medico. Conservare in un luogo fresco e secco.

Nährwertkennzeichnung/ Nutrition Information Information nutritionnelle/ Informazioni Nutrizionali	Pro/per/par Tagesportion/ Daily portion/ Portion journalière/Dose giornaliera 3,4 g Pulver/powder/de poudre/di polvere*
Kreatin/Creatine/Créatine/Creatina	3,0 g

* Durchschnittlicher Wert/Average value/ Analyse moyenne/Analisi media

DE Kreatin erhöht die körperliche Leistung bei Schnellkraft-training im Rahmen kurzzeitiger intensiver körperlicher Betätigung. Die positive Wirkung stellt sich bei einer täglichen Aufnahme von 3 g Kreatin (3,4 g Pulver) ein.

GB Creatine increases physical performance for adults in high intensity exercise. The beneficial effect is obtained with a daily intake of 3 g of creatine (3,4 g powder).

FR La créatine améliore les capacités physiques chez l'adulte lors de séries successives d'efforts de haute intensité de courte durée. L'effet bénéfique est obtenu pour 3 g de créatine par jour (3,4 g de poudre).

IT La creatina aumenta la performance fisica durante sforzi intensi e di breve durata. L'effetto benefico si ottiene con 3 g di creatina al giorno (3,4 g di polvere).

Lot/ Ungeöffnet mindestens haltbar bis Ende:
siehe Dosenboden.

Lot/ Unopened best before end:
see bottom.

Lot/ Non ouvert, à consommer de préférence avant fin :
voir sous la boîte.

Lot/ La confezione integra e da consumarsi preferibilmente
entro fine: vedi fondo della confezione.



Premium
Quality
since 1982

CREATINE POWDER

100 % PURE CREATINE MONOHYDRATE



MADE
IN
GERMANY