

DE Nahrungsergänzungsmittel mit Kreatin. ZUTATEN: 87 % Kreatinmonohydrat, Kapsel (Hydroxypropylmethylcellulose), Trennmittel (Magnesiumsalze von Speisefettsäuren). **Verzehrempfehlung:** Bei intensiver körperlicher Betätigung 4 Wochen täglich 4 Kapseln mit ausreichend Flüssigkeit einnehmen. 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. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung. Nicht geeignet für kleine Kinder und Jugendliche sowie für schwangere oder stillende Frauen. Kühl und trocken lagern. Lot/Ungeöffnet mindestens haltbar bis: siehe Dosenboden. **GB Food supplement with creatine. Ingredients:** 87 % creatine monohydrate, capsule (hydroxypropyl methyl cellulose), anti-caking agents (magnesium salts of fatty acids). **Recommendation:** During intense physical exercise take 4 weeks 4 capsules per day with plenty of liquids. 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. Food supplement are no substitutes for a varied and balanced diet. Product not recommended for pregnant or lactating women. Store in a cool and dry place. Lot/Unopened best before: see bottom. **FR Complément alimentaire d'apport en créatine. Ingrédients :** 87 % créatine monohydrate, gélule (agent d'enrobage : hydroxypropylméthylcellulose), anti-agglomérants (sels de magnésium d'acides gras). **Conseils d'utilisation :** 4 gélules 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. Ne convient pas aux femmes enceintes ou allaitantes. Conserver au sec et au frais. Lot/ Non ouvert, à consommer de préférence avant le : voir au-dessous de la boîte. **IT Integratore alimentare con creatina. Ingredienti:** 87 % creatina monoidrata, capsula (idrossipropilmetilcellulosa), antiagglomeranti (sali di magnesio degli acidi grassi). **Consigli d'uso:** Prendere 4 settimane 4 capsule al giorno con abbondante liquido 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 fuori della portata dei bambini al di sotto dei tre anni. 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 asciutto. Lot/ In confezione chiusa da consumarsi preferibilmente: vedi fondo.

Inhalt: } **117g e**
Net weight: }
Poids net: }
Peso netto: }

120 Kapseln/
Capsules/
Gélules/Capsule
à/da **978 mg** }

Portionen
Servings
Portions
Porzioni } **30**

Nährwertkennzeichnung/ Nutrition Information Information nutritionnelle/ Informazioni Nutrizionali	pro Kapsel/ per capsule/ par gélule/ par capsula	pro 4 Kapseln* per 4 capsules* par 4 gélules* par 4 capsule*
Kreatinmonohydrat/ creatine monohydrate/ créatine monohydrate/ creatina monoidrato	850 mg	3400 mg
Kreatin/Creatine/ Créatine/Creatina	750 mg	3000 mg

* Tagesportion/Daily portion/Portion journalière/Dose giornaliera

DE Kreatin erhöht die körperliche Leistung bei Schnellkrafttraining im Rahmen kurzzeitiger intensiver körperlicher Betätigung. Die positive Wirkung stellt sich bei einer täglichen Aufnahme von 3 g Kreatin (4 Kapseln/Tag) 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 (4 capsules/day). 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 (4 gélules par jour). 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 (4 capsule al giorno).

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)



premium
Quality
since 1982

CREATINE CAPSULES

PURE CREATINE MONOHYDRATE



MADE
IN
GERMANY