



L-Carnosin 500 mg | PZN 09385852

Ein Pionier bei der Sportlerernährung – Carnosin

Das bereits 1900 in Russland entdeckte und isolierte Carnosin hat sich um 1950 als Nahrungsergänzungsmittel für Sportler bewährt, auch wenn es in westlichen Ländern erst seit Anfang des neuen Jahrtausends als Baustein einer effektiven Sportlernahrung bekannter wurde.

Die natürliche, körpereigene Substanz zählt zu den sogenannten Dipeptiden. Diese chemischen Verbindungen sind aus zwei Aminosäuren zusammengesetzt – in diesem Falle β -Alanin und L-Histidin – und können durch Hydrolyse wieder in zwei Aminosäuren gespalten werden. Beim Menschen findet sich sowohl im Gehirn als auch in den Muskeln eine erhöhte Konzentration von Carnosin.

In Nahrungsmitteln findet man Carnosin am stärksten im Fleisch vertreten, die Aufnahme erfolgt im Dünndarm. In den Muskeln schützt Carnosin bei starker sportlicher Anstrengung vor den Folgen von Übersäuerung durch Milchsäure. Zudem fungiert Carnosin im Körper als Neurotransmitter. Bei der Einnahme von Carnosin ist oftmals eine Kombination mit der Einnahme von Zink sinnvoll.



Nahrungsergänzungsmittel mit L-Carnosin

Zutaten:

84 % L-Carnosin, Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose (pflanzliche Kapselhülle).

NÄHRSTOFFE	PRO 3 KAPSELN	%NRV*
L-Carnosin	1500 mg	**

* Prozentualer Anteil der Nährstoffbezugswerte nach Verordnung (EU) NR. 1169/2011 pro Tagesdosis.

** Keine NRV vorhanden

Glutenfrei, lactosefrei, ohne künstliche Aromen, ohne Gentechnik, für Vegetarier und Veganer geeignet

Verzehrempfehlung:

3 x 1 Kapsel mit ausreichend Flüssigkeit verzehren. Am besten vor dem Essen.

Hinweis:

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise.

Angaben zur Lagerung:

Die Dose nach Gebrauch gut verschlossen halten. Kühl, nicht über 25 Grad und trocken lagern.

Inhalt | Nennfüllmenge:

100 Kapseln | 59,5 g

Herstellungsland:

Deutschland