

SMASH EXTREME

Artikel nr: 114

Andra generationens Smash Extreme är här. Den största nyheten är den goda smaken av Grönt Äpple. Vi har även lagt till råvaran Acetyl L-Carnitine och tagit bort Alfa Liponsyra.

Kreatin Kreatin ökar musklernas förmåga att prestera maximalt under längre tid. Kreatin ökar även återhämtningen mellan maximala prestationer. *1

Dextros i rätt kombination med kreatin ger ett kraftigt höjt kreatinupptag till musklerna. Ca 60% bättre jämfört med att enbart äta kreatin (se diagram längst ned) *2

Koffein ökar din mentala och fysiska prestationsförmåga, genom att minska känslan av trötthet *3. Koffein ökar även din fettförbränning samt har bra synergistisk förmåga med bl.a kreatin och dextrose. *4

Beta-Alanin är en icke essentiell aminosyra, och är den enda naturligt förekommande beta amino syran. Genom att främja höga av karnosin i muskeln så ökar man muskelns arbetskapacitet och uthållighet markant. Höga nivåer av karnosin är främjande för NO (kväveoxid) vilket i sin tur ökar tillförseln av syre och näring till musklerna.

ALC (Acetyl L-Carnitin) är en mer effektiv form av aminosyran L-Carnitine.

Taurin gör muskelcellerna mer mottagliga för kreatin genom att öka muskelvolymen. Taurin kan även minska trötthetskänslorna vid hård träning.

Natrium förbättrar upptaget av kreatin och hjälper till att upprätthålla saltbalansen vid hård träning.

Magnesium är bra för benstommen och behövs för kalksättningen, proteinsyntesen, muskel- samt nervfunktionaliteten och matsmältningen.

E-Vitamin är en antioxidant som skyddar mot oxidativa skador som kan uppkomma vid tung träning och stress.

Vitamin B6 (pyridoxin) medverkar vid bildandet av röda blodkroppar och antikroppar, är ett naturligt antihistamin och vattendrivande medel samt reglerar kalium-natrium balansen. Vitamin B6 är nödvändigt för proteinomsättningen och är har betydelse för t.ex nervernas funktioner.



Fakta Smash Extreme

Smak:	Green Apple
Förpackning:	1000g
Portioner:	20 st á 50g
Dosering:	50g (2 skopor) 15 minuter innan träning

Innehåll per servering á 50g

Dextrose	34g
Kreatin	7g
Beta-Alanin	4000mg
Taurin	1000mg
Acetyl L-Carnitine	500mg
Koffein	400mg
Natrium	70mg
Magnesium	50mg
E-vitamin	20mg
Vitamin B6	10mg

Innehåller en fenylalaninekälla



[Info som PDF](#)