

2198275 - PowerBar Caffeine Boost Liquid Trinkampulle 25ml

Verkehrsbezeichnung

Nahrungsergänzungsmittel (CH: Ergänzungsnahrung für Sportler) Koffeinhaltige Trinkampulle mit Guarana- und Mateteextrakt, mit Süßungsmitteln.

Zutaten

Wasser, weißer Traubensaft (aus Konzentrat), Orangensaft (aus Konzentrat), Mateteextrakt (1,5 %), Guaranaextrakt (1,5 %), Koffein (0,5%), Säuerungsmittel (Citronensäure), Konservierungsstoff (Kaliumsorbat), natürliche Aromen, Süßungsmittel (Cyclamat, Acesulfam K, Sucralose, Saccharin).

Nährwertangaben	pro 100 ml		pro Ampulle (25 ml)	
	kJ	kcal	kJ	kcal
Brennwert/Energie	104	24	26	6
Fett [g]	0		0	
davon gesättigte Fettsäuren [g]	0		0	
Kohlenhydrate [g]	4,7		1,2	
davon Zucker [g]	2,5		0,6	
Eiweiß [g]	1,1		0,3	
Salz [g]	0,03		<0,01	
Koffein [mg]	800		200	

Verzehrempfehlung

Eine Ampulle ca. eine Stunde vor dem Sport oder während dem Sport. Eine weitere Ampulle kann im Ausdauertraining drei Stunden später konsumiert werden.

Pro-Athleten verwenden PowerBar CAFFEINE BOOST für intensive Trainingseinheiten, Trainings mit niedriger Kohlenhydrataufnahme wie zum Beispiel Fettstoffwechseltraining und Wettkämpfen. Die Koffein-Wirkung kann individuell unterschiedlich ausfallen und ist nicht für jeden Sportler geeignet. Es sollte daher ausprobiert werden, ob und wenn ja in welcher Menge Koffein gut vertragen wird.

Verzehrempfehlung: max. 2 Ampullen (400mg Koffein) pro Tag. Pro Portion: max. 200mg Koffein. Eine über den gesamten Tag verteilte Koffeinaufnahme aus allen Quellen von bis zu 400 mg pro Tag sollte nicht überschritten werden.

Allgemeine Empfehlung (ca. 3 mg Koffein/kg Körpergewicht)

Körpergewicht	Anzahl Ampullen
<70kg	1
70-100kg	1 – 1 ½
>100kg	1 ½ - 2

Kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise. Die angegebene empfohlene Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren. Enthält Koffein (200 mg/Ampulle). Für Kinder und schwangere Frauen nicht empfohlen. Für Stillende nicht empfohlen.

Lagerhinweis: Kühl und trocken lagern.