

Neueste wissenschaftliche Studien haben gezeigt, dass durch den Zusatz eines modernen Creatin-Nährstoff-Komplexes bestehend aus Dextrose, Maltose, Chrom, Taurin sowie osmotisch wirkenden Mineralstoffen, Kraftsportathleten nahezu dreimal soviel an Körpergewicht zunehmen konnten als diejenigen, die nur Creatin verabreicht bekamen. Führende Experten auf dem Gebiet der Creatinforschung gelang es, eine optimale Kombination aus den oben genannten Makro- und Mikronährstoffen zu entwickeln, die nun den Muskelzellen erlaubt, weitaus mehr Creatin zu speichern als normal üblich.

The newest scientific studies have shown that with the supplementary use of a modern Creatine-nutrient complex which includes Dextrose, Maltose, Chrome, Taurine, as well as osmotic acting minerals, strength athletes nearly triple the amount of body mass they gain, compared to those who take Creatine alone. Leading experts in the field of Creatine research have succeeded in developing an optimal combination of the above named macro- and micronutrients which allows muscle cells to accumulate and store an exceedingly larger amount of Creatine than normally possible.

De nieuwste wetenschappelijke studies hebben aangetoond dat door de toevoeging van een modern creatine-voedingsstof-complex bestaande uit dextrose, maltose, chroom, taurine en osmotisch werkende minerale stoffen, krachtspportathleten bijna driemaal zoveel aan lichaamsgewicht kunnen winnen dan diegenen die alleen creatine kregen toegediend. Gezaghebbende experts op het gebied van het creatineonderzoek lukte het om een optimale combinatie uit de voornoemde macro- en microvoedingsstoffen te ontwikkelen, die de spiercellen nu in staat stelt om veel meer creatine op te slaan dan normaal mogelijk is.

Durch das Aktivieren spezieller körpereigener Bindungsproteine wird das vom Athleten eingenommene Creatin verstärkt in die Muskelzellen transportiert und geht nicht wie bei herkömmlichem Creatin zu einem großen Teil über den Urin verloren. Neben den wissenschaftlich erwiesenen deutlich höheren Zuwachsraten in puncto Kraft, Muskelmasse und Körpergewicht kommt der Athlet außerdem mit einer beträchtlich geringeren Creatintagesdosierung aus und die umständliche, mehrfach tägliche Anwendung wird deutlich vereinfacht.

By activating the body's naturally produced binding proteins, the Creatine consumed by an athlete is transported into muscle cells in increased amounts, unlike the use of traditional Creatine, which for the most part remains inactive and is lost into the urine. In addition to scientifically proven and significant acceleration in growth rates as far as overall power, muscle mass, and body weight, the athlete benefits from a significantly reduced Creatine dosage to get the same results, since the inconvenience of repeated multiple applications is simplified or eliminated.

Door het activeren van speciale lichaamseigen bindingsproteïnes wordt de door atleten ingenomen creatine in versterkte mate naar de spiercellen getransporteerd, en gaat deze niet zoals bij traditionele creatine voor een groot deel verloren via de urine. Naast de wetenschappelijk bewezen duidelijk hogere groeiwaarden op het gebied van kracht, spiermassa en lichaamsgewicht, heeft de atleet bovendien genoeg aan een aanzienlijk geringere dosering creatine, en de omslachtige innname meerdere malen per dag wordt duidelijk vereenvoudigd.

Einen weiteren interessanten Aspekt, der in den Creatinstudien beobachtet werden konnte, ist, dass die Wirksamkeit von Creatin durch die Beimischung eines genau abgestimmten Creatin-Nährstoff-Komplexes über einen wesentlich längeren Zeitraum erhalten bleibt. Während bei herkömmlichem Creatin die Zuwächse meist nach 3-4 Monaten zum Erliegen kommen, bleiben diese unter **CREATIN MONOHYDRAT XT** über mehrere Monate hinweg konstant.

Another advantage observed during Creatine studies is that the potency of Creatine, when it is mixed into a precisely calibrated Creatine-Nutrient complex, lasts considerably longer. Whereas with traditional Creatine the gains usually come to a stop after 3-4 months, with use of **CREATIN MONOHYDRAT XT** the same gains remain at a constant.

Een ander interessant aspect dat in de creatinestudies geobserveerd kon worden, is dat de werkzaamheid van creatine door de toevoeging van een nauwkeurig afgestemd creatine-voedingsstof-complex gedurende een wezenlijk langere periode behouden blijft. Terwijl bij de traditionele creatine de groei meestal na 3-4 maanden tot stilstand komt, blijft deze bij **CREATIN MONOHYDRAT XT** gedurende meerdere maanden constant.

Es ist deshalb auch nicht verwunderlich, dass Bodybuilder und Kraftsportathleten, die von normalem Creatin auf **CREATIN MONOHYDRAT XT** mit Creatin-Nährstoff-Komplex umgestiegen sind, in 98% aller Fälle nochmals einen deutlichen Anstieg des Körpergewichts sowie einen signifikanten Kraftzuwachs verzeichnen. **CREATIN MONOHYDRAT XT** ist eine hochmoderne Creatinformel, die eine sinnvolle Weiterentwicklung zu herkömmlichen Creatinpräparaten bedeutet. Sowohl wissenschaftliche Studien als auch empirische Daten belegen die außergewöhnliche Wirkung von **CREATIN MONOHYDRAT XT**.

That's why it's no surprise that among bodybuilders and strength athletes who have switched from regular Creatine to **CREATIN MONOHYDRAT XT** with a Creatine-Nutrient complex, in as many as 98% of cases, even higher rates of weight gain as well as significant increases in power have been reported. **CREATIN MONOHYDRAT XT** is an ultra-modern Creatine formula that represents an important advancement of traditional Creatine compounds. Scientific tests as well as empirical data have attested to the extraordinary effects of **CREATIN MONOHYDRAT XT**.

Het is daarom ook niet verwonderlijk dat bodybuilders en krachtspportathleten die van normale creatine zijn overgestapt op **CREATIN MONOHYDRAT XT** met creatine-voedingsstof-complex, in 98% van de gevallen nogmaals een duidelijke stijging van het lichaamsgewicht en een aanzienlijke krachttoename optekenden. **CREATIN MONOHYDRAT XT** is een uiterst moderne creatineformule, die een zinvolle verdere ontwikkeling in vergelijking met de traditionele creatinepreparaten betekent. Zowel wetenschappelijke studies als empirische gegevens staven de buitengewone werking van **CREATIN MONOHYDRAT XT**.

Verzehrempfehlung:

1.-5. Tag: Trinken Sie drei Portionen pro Tag. Verzehren Sie eine Portion (= 2 gestrichene Meßlöffel) am Morgen, direkt nach dem Aufstehen, eine weitere Portion zwischen den Mahlzeiten sowie die dritte und letzte Portion noch nach dem Training. An trainingstagen Tagen sollte die dritte Portion am Nachmittag zwischen den Mahlzeiten verzehrt werden.

Ab 6. Tag: 1-2 Portionen pro Tag sind ausreichend. Trinken Sie Creatin Monohydrat XT an Trainingstagen direkt nach dem Training. An trainingstagen Tagen kann Creatin Monohydrat XT morgens nach dem Aufstehen oder wahlweise zwischen den Mahlzeiten verzehrt werden.

Recommended Use:

Day 1 to 5: Drink three portions daily. Take one portion (= 2 level measuring spoons) in the morning, directly on waking, a second portion in between mealtimes, and the third portion immediately after workout. On training-free days take the third portion in the afternoon in between mealtimes.

Day 6 and after: 1 to 2 portions per day are sufficient. Drink Creatine Monohydrat XT immediately after workout on days you train. On training-free days Creatine Monohydrate can be taken in the morning directly on waking or else in the afternoon in between mealtimes, as desired.

Anbevolen gebruik:

1ste tot 5de dag: Drink drie porties per dag. Consumeer één portie (= 2 afgestreeken maatlepels) 's ochtends, direct na het opstaan, nog een portie tussen de maaltijden en de derde en laatste portie direct na de training. Op trainingstagen dagen moet de derde portie in de namiddag tussen de maaltijden geconsumeerd worden.

Vanaf de 6de dag: 1-2 porties per dag zijn voldoende. Drink Creatine Monohydrat XT op trainingdagen direct na de training. Op trainingstagen dagen kan Creatine Monohydrat XT 's ochtends na het opstaan of naar keuze tussen de maaltijden geconsumeerd worden.

PREMIUM QUALITÄT/QUALITY/KWALITEIT

CREATIN XT MONOHYDRAT



Food supplement for optimized creatine maintenance

- modern creatine nutrient complex
- ideal for intensive muscle training
- fruity orange taste

Nahrungsergänzungsmittel für optimierte Creatinversorgung

- moderner Creatin-Nährstoff-Komplex
- ideal für intensives Muskeltraining
- fruchtiger Orangengeschmack

Voedingssupplement voor geoptimaliseerde creatinetoevoer

- modern creatine-voedingsstof-complex
- ideaal voor intensieve spiertraining
- fruitige sinaasappelsmaak

Produkt enthält Süßstoff · Product contains sweetener · Product bevat zoetstof

Inhalt/content/inhoud: 2000 g

Allgemeine Tipps für die Verwendung:
Die Einzelportion von 40 g (= 2 gestrichene Meßlöffel) sollte am besten in 400 ml Wasser eingerührt werden. Für alle Creatingetränke ist charakteristisch, dass sich der Wirkstoff Creatin Monohydrat nach kurzer Zeit am Boden des Trinkgefäßes absetzt. Es empfiehlt sich deshalb, Creatin Monohydrat XT unter mehrmaligem Umrühren zu trinken.

Diätisches Lebensmittel als Nahrungsergänzung bei intensivem Muskeltraining, insbesondere für Sportler (Bodybuilding, Kraftsport, Gewichtheben, Schwerathletik, Kraft- und Schnellkräftdisziplinen) und Ausdauersportler (Laufen, Radfahren, Schwimmen, Triathlon, Fußball etc.), die einen speziellen Ernährungsplan einhalten, welcher folgende empfohlene tägliche Verzehrmenge sollte nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungen sollten nicht als alleinige Nahrungsquelle dienen. Sie sind kein Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche und auf den Sport abgestimmte Ernährung zu sehen. Sie sind, wie der Name sagt, „ergänzend“ einzusetzen. Produkt bitte außerhalb der Reichweite von Kindern lagern. Creatin XT enthält eine Phenylalaninquelle.

Alle eingesetzten Farbstoffe, Säuerungsmittel, Süßungsmittel (Aspartam***) und Aromen werden gemäß den gesetzlichen Bestimmungen eingesetzt.
* RDA = empfohlene Tagesdosis.
RDA Werte laut NKRL (Nährwertkennzeichnungsrichtlinie).
*** enthält eine Phenylalaninquelle
All ingredient colors, acidulants, sweeteners (aspartame***) and flavours are used under the terms of legal regulations.
* RDA = recommended daily allowance.
RDA values in accordance with nutrition labelling legislation.
*** contains a phenylalanine source
Alle gebrauchten Kleurstoffen, voedingszuren, zoetstoffen (aspartaam***) en aroma's worden overeenkomstig volgens de wettelijke voorschriften bereid en toegepast.
* RDA = aanbevolen dagelijks hoeveelheid.
conform Warenwetbesluit Voedingswaarde-informatie levensmiddelen.
*** bevat een fenylalanine bron

Zutaten: Dextrose 71,4%, Creatinmonohydrat 15,0%, Säuerungsmittel (Zitronensäure), Taurin 2,5%, Maltose 2,5%, Kaliumgluconat, Aroma, Magnesiumglycerophosphat, Natriumcitrat, Süßstoff: Aspartam (enthält eine Phenylalaninquelle), Chromhelfe, Farbstoff (Beta-Carotin)

Ingredients: Dextrose 71,4%, creatine monohydrate 15,0%, acidulant (citric acid), taurine 2,5%, maltose 2,5%, potassiumgluconate, flavour, magnesiumglycerophosphate, sodiumcitrate, sweetener: aspartame (contains a phenylalanine source), chrome yeast, colouring agent (beta carotene)

Ingrediënten: Dextrose 71,4%, creatine monohydrat 15,0%, voedingszuur (citroenzuur), taurine 2,5%, maltose 2,5%, kaliumgluconaat, aroma's, magnesiumglycerophosfaat, natriumcitraat, zoetstof: aspartaam (bevat een fenylalanine bron), chroomgist, kleurstof (beta caroteen)

PZN - 6950978



Diätisches Nahrungsergänzungsmittel mit Süßstoff.
Food supplement with sweetener
Voedingssupplement met zoetstof

Mindestens haltbar bis: siehe Dosenboden
See bottom of container for expiration date
Tenninste houdbaar tot: zie bodem

General tips for consumption:
The single portions of 40 g (= 2 level measuring spoons) should ideally be stirred into 400 ml of water. It is typical of all Creatine drinks that the active ingredient Creatine Monohydrate will settle to the bottom of the drink container within a very short time. That is why stirring the Creatine Monohydrate XT preparation occasionally as you drink is recommended.

This is a food supplement intended as a nutritive reinforcement toward intensive muscle training, and is especially formulated for athletes who engage in intense sports (namely bodybuilding, power sports, powerlifting, track and field disciplines and endurance sports like running, biking, swimming, triathlon, soccer etc.) who follow specialized dietary regimens. The recommended daily dosage should not be exceeded. Food supplements should not be taken alone in place of food. There can be no substitute for a balanced, varied diet conceived appropriately to the sport practiced. This product is intended to be, as the name implies, 'supplementary.' Please store this product out of reach of children. Creatin XT contains a phenylalanine source.

Analyse pro/por:	100g Pulver/powder/poeder	40 g Pulver/powder/poeder	100 ml trinkfertiges Erzeugnis**/ready to drink product**/drinkbaar product**
Brennwert/calories/energie	1379 kJ (324 kcal)	552 kJ (130 kcal)	138 kJ (33 kcal)
Eiweiß/protein/eiwit	2,7 g	1,1 g	1,1 g
Kohlenhydrate/carbohydrates/koolhydraten	75,7 g	29,9 g	29,9 g
Fett/fat/vet	0,0 g	0,0 g	0,0 g
Kohlenhydratmischung/carbohydrate-mix/koolhydratenmengsel			
Dextrose	71,4 g	28,6 g	28,6 g
Maltose	2,5 g	1,0 g	1,0 g
Mikronährstoffe/micronutrients/microvoedingsstoffen			
Mineralstoffe/minerals/mineralen			
Natrium/sodium	175,0 mg	70,0 mg	70,0 mg
Chrom/chrome/chroom	125,0 mcg	50,0 mcg	50,0 mcg (125% RDA*)
Andere/others/overige			
Creatinmonohydrat/creatine monohydrate/creatine monohydrat	15,0 g	6,0 g	6,0 g
Taurin(e)	2,5 g	1,0 g	1,0 g

** Alle Nährwertangaben beziehen sich auf ein Produkt, welches mit Wasser gemixt wurde. Bei der Zugabe von Milch, Fruchtsäften oder ähnlichen Flüssigkeiten verändern sich die Werte!

** All nutritional values are based on a product which is mixed with water. Mixing with milk, fruit juices, or similar liquids will alter these values!

** De informatie heeft betrekking op het product dat met water wordt gemixt. Bij toevoeging van melk, vruchtensappen of soortgelijke vloeistoffen veranderen de waarden!



Vertrieb:
BMS-Sporternährung B.V.
Marsteden 57A
4872 Gronau
Tel.: +49 (0) 2952/97782
7647 TE Enschede
Niederlande
Tel.: +31 (0) 53-434-5096
www.bmsshop.de

Distributie Nederland/Benelux:
MS Voedingssupplementen
Marsteden 7/A
7547 TE Enschede
Tel.: +31 (0) 53-434-5096
www.mvshop.com