

## Beta-alanine 800mg slow release - 120 tabl

DB3748-712

Beta-alanine 800mg slow release - 120 tabl

Koop dit product op <https://www.nutri4all.nl/beta-alanine-800mg-120-tabl>

Beta-alanine 800mg - 120 tabl

### Beschrijving

Tijdens intense inspanningen wordt er melkzuur gevormd. Dit is het punt waarop de spieren extreem vermoeid raken en inspanningen niet meer op hetzelfde niveau zijn als ervoor. De spieren verzuren. L-Carnosine is een dipeptide dat bestaat uit het aminozuur Bèta-Alanine en het aminozuur L-Histidine, dat vooral aanwezig is in de spieren. L-Carnosine is het aminozuur dat waterstofionen (H+) neutraliseert bij lactaatvorming. Het is een 100 % natuurlijke stof die de verzuring in onze spieren onder controle houdt. Hoe hoger het carnosinegehalte in onze spieren, hoe minder verzuring en spiervermoeidheid er zal optreden tijdens intensieve trainingen. Suppletie met Bèta-Alanine verhoogt de carnosineconcentratie in de spieren, om intensieve trainingen of sportprestaties langer vol te houden.

Een optimaal resultaat wordt bereikt na twee weken, bij een inname van 3-5 gram per dag (4 à 6 tabletten), met een maximale duur van tien weken. Bèta-Alanine wordt het best ingenomen tijdens de maaltijden en verspreid over de dag.

### Gebruik

2 à 3 maal per dag 2 tabletten, tijdens de maaltijden, gedurende 10 weken. Vervolgens is het aangeraden om een pauze van minimum 10 weken tussen te laten.

- Voor veganisten:
- Voor vegetariërs:
- Vrij van allergenen:

### Samenstelling

#### Samenstelling per tablet:

Beta-alanine 800 mg

Microkristallijne cellulose, glyceroldibehenaat, xantaangom, stearinezuur (stabilisatoren), Siliciumdioxide, magnesiumstearaat (antiklontermiddelen), Calciumfosfaat, rijstzetmeel (vulstof)

**Ingrediënt:** Beta alanine

**Kenmerk:** Hypoallergeen, Veganistisch, Vegetarisch

**Vorm:** Tablet