

ENERGY & ENDURANCE

RECOVERY SHAKE

+ WHEY +LEUCINE +GLUTAMINE

CHOCOLAT

PREPARE	BEFORE	DURING	AFTER
QUICK INFO			
<input type="checkbox"/> SANS LACTOSE			
<input checked="" type="checkbox"/> SANS GLUTEN			
<input checked="" type="checkbox"/> SANS ACIDE			
<input checked="" type="checkbox"/> SANS EDULCORANTS			
<input checked="" type="checkbox"/> SANS COLORANTS			
<input checked="" type="checkbox"/> SANS CONSERVATEURS			



DESCRIPTION PRODUIT

SPONSER Recovery Shake est une combinaison de glucides à chaînes multiples, de protéines de qualité ainsi que de vitamines et de minéraux pour une restauration (récupération) normale après un effort physique. Les glucides à chaînes courtes, moyennes et longues avec des index glycémiques différents fournissent de l'énergie pour l'entraînement et servent le re-remplissage des réserves de glycogène. La haute teneur en protéines soutient la constitution et le maintien musculaire.

- Protéines de petit-lait micro-granulées à l'état naturel obtenues par microfiltration cross flow.
- Avec leucine et glutamine
- Importantes vitamines, minéraux et oligo-éléments

AVANTAGES

- **Combinaison de sources de glucides et de protéines**
- **Large spectre d'effets: énergie, constitution, maintien**
- **Enrichi de L-leucine (total 6 g de BCAA) et L-glutamine (3 g par 100 g)**
- **Enrichi de vitamines et minéraux**

UTILISATION

A prendre jusqu'à 1 h avant et/ou dans l'heure qui suit l'effort. 1-2 shakes par jour.

2 mesurette rases (env. 40g) + 300 ml de lait froid dans un shaker/mixer. Pour la préparation avec de l'eau, ajouter plus de poudre.

En complément d'une alimentation variée et équilibrée et d'un mode de vie sain.

ENERGY & ENDURANCE

RECOVERY SHAKE

+ WHEY +LEUCINE +GLUTAMINE

CHOCOLAT

PAGE 2

INGREDIENTS

Saccharose, fructose, protéines de **lait** 14% (concentré micro-granulé et isolat de protéines de **petit-lait, caséine**), cacao fortement dégraissé 9%, poudre de **lait maigre, petit-lait** en poudre, dextrose, L-leucine 3%, L-glutamine 3%, maltodextrine, arômes, épaississants (farine de graines de guar, xanthane, alginate de sodium), sels minéraux (citrate de sodium, carbonate de magnésium, fumarate ferreux, gluconate de zinc, de cuivre, de manganèse, iodate de potassium, levure de chrome, sélénate de sodium), vitamines (acide ascorbique, acétate de alpha-tocophérol, nicotinamide, acétate de rétinol, pantothénate de calcium, cholécalciférol, chlorhydrate de pyridoxine, riboflavine, cyanocobalamine, mononitrate de thiamine, acide folique, biotine), émulsifiant lécithine de **soja**.

ARÔMES/CONDITIONNEMENT

Vanille, Banane, Chocolat

Boîte de 900 g (22 portions)

VALEURS NUTRITIVES

Nährwerte/valeurs nutritives/nutrition facts	100 g		1 Portion**	
Energie/energy kJ (kcal)	1560 (368)		1053 (248)	
Fett/lipides/fat	1.7 g		1.0 g	
davon gesättigte Fettsäuren/of which saturated fatty acids	0.9 g		0.4 g	
Kohlenhydrate/glucides/carbohydrates	63 g		39 g	
davon Zuckerarten/of which sugars	59 g		37 g	
Ballaststoffe/fibres alimentaires/fibres	4.0 g		1.6 g	
Eiweiss/protéines/protein	23 g		20 g	
Salz/sel/salt	1.1 g		0.83 g	
Vitamine/vitamin(e)s		%NRV*		%NRV*
A	540 µg	67%	215 µg	27%
D	3.5 µg	70%	1.4 µg	28%
E	7.0 mg	58%	2.8 mg	23%
C	30 mg	38%	12 mg	15%
B1	0.8 mg	70%	0.3 mg	28%
B2	1.1 mg	80%	0.4 mg	32%
Niacin(e)	12 mg	75%	4.8 mg	30%
B6	1.1 mg	75%	0.4 mg	30%
Folsäure/folic acid	140 µg	70%	56 µg	28%
B12	1.0 µg	39%	0.5 µg	20%
Biotin(e)	12 µg	24%	7.5 µg	15%
Pantothensäure/pantothenic acid	2.1 mg	35%	1.0 mg	17%
Mineralstoffe/sels minéraux/minerals		%NRV*		%NRV*
Natrium/sodium	440 mg	--	330 mg	--
Calcium	200 mg	25%	440 mg	55%
Kalium/potassium	720 mg	36%	735 mg	37%
Magnesium/magnésium	160 mg	43%	96 mg	26%
Eisen/fer/iron	10 mg	71%	4.0 mg	29%
Zink/zinc	5.5 mg	55%	2.2 mg	22%
Kupfer/cuivre/copper	0.9 mg	90%	0.36 mg	36%
Selen/sélénium	50 µg	91%	20 µg	36%
Chrom(e)/chromium	50 µg	125%	20 µg	50%
Iod(e)/iodine	40 µg	27%	16 µg	11%

*NRV, valeurs nutritionnelles de référence

Produit Suisse. Fabriqué par

**1 Portion = 40 g + 300 ml lait écrémé (0.1% graisse).
100 ml de la préparation contient 351 kJ (83 kcal).

Sponser Sport Food AG Sponser Europe GmbH
CH-8832 Wollerau D-88131 Lindau

03526/08