

ENERGY & ENDURANCE

# MUSCLE RELAX

SOUR SHOT

PREPARE BEFORE DURING AFTER

**QUICK INFO**

- X SANS LACTOSE
- X SANS GLUTEN
- SANS ACIDE
- X SANS EDULCORANTS
- X SANS COLORANTS
- SANS CONSERVATEURS



## DESCRIPTIONS DU PRODUIT

Les contractions musculaires incontrôlées sont un phénomène courant dans l'endurance et les sports d'équipe et conduisent souvent à l'arrêt soudain de l'effort. Les causes habituelles sont souvent une surcharge mécanique, les températures froides, la déshydratation, un manque énergétique ou des pertes d'électrolytes.

Depuis quelques années la prise du jus de cornichon lors d'une contraction trop forte est bien établie. Les études scientifiques mettent l'acidité et l'amertume en rapport avec une stimulation neurologique qui décontracte le muscle. Fondé sur des critères scientifiques Sponser® RELAX est un jus de cornichon et une solution optimale avec de l'acide acétique, extrait de gingembre, du magnésium et de la quinine – la substance amère.

Le magnésium contribue à l'équilibre des électrolytes et à une fonction musculaire normale.

## AVANTAGES

- **Formule innovante avec de l'acide acétique, gingembre, la quinine et le magnésium**
- **Magnésium pour soutenir l'équilibre électrolytique et une fonction musculaire normale**
- **Préventif ou lors d'une phase de contraction aiguë**

## UTILISATIONS

Prendre 1-2 bouteilles avant ou pendant l'effort. Laisser agir MUSCLE RELAX en bouche si possible pendant environ 10 secondes, puis avaler. Avant une performance sportive de haute intensité, prendre en fonction de la tolérance individuelle tout en respectant le temps avant l'activité.

Une alimentation variée et équilibrée et un mode de vie sain sont importants pour notre santé.

ENERGY & ENDURANCE

# MUSCLE RELAX

SOUR SHOT

PAGE 2

## INGREDIENTS

Eau, saccharose, acide acétique comestible 2.5%, concentré de jus de concombre 2%, concentré de jus de citron, citrate de magnésium, acidifiant acide citrique, agents conservateurs (sorbit de potassium, benzoate de sodium), sel, extrait de gingembre 0.1%, arôme quinine. Contient de la quinine (3.3 mg/100 ml).

## EMBALLAGE

Display 4 x 30 ml

## VALEURS NUTRITIVES

VALEURS NUTRITIVES	per 100 ml	2 Shots (60 ml = 1 ration journalière)
Energie kJ (kcal)	192 (45)	115 (27)
Lipides	<0.1 g	0 g
dont acides gras saturés	<0.1 g	0 g
Glucides	10 g	6.0 g
dont sucres	10 g	6.0 g
Protéines	<0.1 g	<0.1 g
Sodium	0.16 g	0.10 g
Magnesium	15%NRV*	56 mg

Les études suivantes traitent de l'action de substances acides et amères liées à la fonction musculaire:

- Allen S. et al.: Ad libitum fluid intake and plasma responses after pickle juice, hypertonic saline, or deionized water ingestion. J Athl Train, 2013;48(6):734-740
- Gam S. et al.: Mouth rising and ingestion of a bitter solution improves sprint cycling performance. Med Sci Sports Exerc, 2014;46(8)1648-1657.
- Miller K.C., et al.: Gastric emptying after pickle juice ingestion in rested, euhydrated humans. J Athl Train, 2010a;45(6):601-608.
- Miller K.C. et al.: Reflex inhibition of electrically induced muscle cramps in hypohydrated humans. Med Sci Sports Exerc. 2010b;42(5)953-961.
- Miller K.C., et al.: Electrolyte and plasma responses after pickle juice, mustard, and deionized water ingestion in dehydrated humans. J Athl Train, 2014;49(3):360-367.

Concentré avec du jus de concombre, d'acide acétique comestible, de gingembre et de magnésium pour consommation directe avant ou pendant des efforts physiques. Contient de la quinine.

Développé en Suisse.

Fabriqué soigneusement en Allemagne

Sponser Sport Food AG  
CH-8832 Wollerau  
[www.sponser.ch](http://www.sponser.ch)

Sponser Europe GmbH  
D-88131 Lindau  
[www.sponser.de](http://www.sponser.de)

04620/03