

ENERGY & ENDURANCE

RECOVERY SHAKE

+ WHEY + LEUCINE + GLUTAMINE

Vanille

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 6g 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

Vanille

PAGE 2

INGREDIENTS

Saccharose, fructose, protéines de lait 17% (concentré micro-granulé et isolat de protéines de **petit-lait, caséine**), poudre de **lait maigre, petit-lait** en poudre, maltodextrine, dextrose, L-leucine 3%, L-glutamine 3%, arômes, épaississants (farine de graines de guar, xanthane, alginate de sodium), 9 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), extrait de vanille 1%, 12 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**, gousses de vanille.

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)	1590 (375)		1060 (248)	
Fett/lipides/fat	0.6 g		0.5 g	
davon gesättigte Fettsäuren/of which saturated fatty acids	0.3 g		0.1 g	
Kohlenhydrate/glucides/carbohydrates	68 g		41 g	
davon Zuckerarten/of which sugars	62 g		39 g	
Ballaststoffe/fibres alimentaires/fibres	1.6 g		0.6 g	
Eiweiss/protéines/protein	23 g		20 g	
Salz/sel/salt	0.90 g		0.73 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	360 mg	--	260 mg	--
Calcium	250 mg	31%	460 mg	58%
Kalium/potassium	350 mg	18%	590 mg	30%
Magnesium/magnésium	150 mg	40%	90 mg	24%
Eisen/fer/iron	6.5 mg	46%	2.6 mg	19%
Zink/zinc	3.8 mg	38%	2.7 mg	27%
Kupfer/cuivre/copper	0.4 mg	40%	0.2 mg	20%
Selen/sélénium	25 µg	45%	10 µg	18%
Chrom(e)/chromium	50 µg	125%	20 µg	50%
Iod(e)/iodine	60 µg	40%	24 µg	16%

* 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 353 kJ (83 kcal).

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

03527/08