

ENERGY & ENDURANCE

# MUSCLE RELAX

SOUR SHOT

PREPARE BEFORE DURING AFTER

## QUICK INFO

- LAKTOSEFREI
- GLUTENFREI
- SÄUREFREI
- OHNE SÜSSSTOFFE
- OHNE KÜNSTLICHE FARBSTOFFE
- OHNE KONSERVIERUNGSMITTEL



## PRODUKTEBESCHRIEB

Unkontrollierte Muskelkontraktionen sind in Ausdauer- und Spportsportarten häufiges Phänomen und führen oft zu Aufgabe und Leistungsabbruch. Typische Ursachen sind häufig mechanische Überbelastung, kalte Temperaturen, Flüssigkeitsmangel sowie Energie- und Elektrolytverluste.

Die seit Jahren praktizierte Einnahme von Mixed Pickle Juice wird durch wissenschaftliche Studien gestützt. Sponser® MUSCLE RELAX ist eine dem Mixed Pickle Juice nach wissenschaftlichen Kriterien nachempfundene und optimierte Lösung mit Essigsäure, Ingwer-Extrakt, dem Bitterstoff Chinin und Magnesium.

Magnesium trägt zum Elektrolytgleichgewicht und zu einer normalen Muskelfunktion bei.

## VORTEILE

- **Innovative Formula mit Essigsäure, Chinin, Ingwer- und Magnesium**
- **Magnesium zur Unterstützung des Elektrolytgleichgewichts und einer normalen Muskelfunktion**
- **präventiv oder während einer akuten Kontraktionsphase**

## ANWENDUNG

1-2 Flaschen vor oder während der Leistung nach Bedarf einnehmen. Möglichst während ca. 10 Sek. mit MUSCLE RELAX spülen, dann schlucken. Vor hoch-intensiven Leistungen mit genügend Abstand zur Aktivität einnehmen, abhängig von individueller Verträglichkeit.

Eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie ein gesunder Lebensstil sind wichtig für unsere Gesundheit.

ENERGY & ENDURANCE

# MUSCLE RELAX

SOUR SHOT

SEITE 2

## ZUTATEN

Wasser, Saccharose, verdünnte Essigsäure (CH: Essigsäure zu Speisezwecken) 2.5%, Gurkensaft-Konzentrat 2%, Zitronensaftkonzentrat, Magnesiumcitrat, Säuerungsmittel Citronensäure, Konservierungsmittel (Kaliumsorbat, Natriumbenzoat), Speisesalz, Ingwer-Extrakt 0.1%, Aroma Chinin, Enthält Chinin (3.3 mg/100 ml).

## GEBINDE

Box 4 x 30 ml

## NÄHRWERTE

Typische Nährwerte	per 100 ml	2 Shots (60 ml = 1 Tagesration)
Energie kJ (kcal)	192 (45)	115 (27)
Fett	<0.1 g	0 g
davon gesättigte Fettsäuren	<0.1 g	0 g
Kohlenhydrate	10 g	6.0 g
davon Zucker	10 g	6.0 g
Protein	<0.1 g	<0.1 g
Salz	0.16 g	0.10 g
Magnesium	15%NRV*	56 mg

Essigsäures Trinkkonzentrat mit Gurkensaft, verdünnter Essigsäure (CH: Essigsäure zu Speisezwecken), Ingwer und Magnesium zum Direktkonsum vor oder während sportlicher Leistung. Chininhaltig.

Folgende Studien diskutieren die Wirkungsweise von Säure und Bitterstoffen im Zusammenhang mit der Muskelfunktion:

- 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 rinsing 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.

Entwickelt in der Schweiz. Sorgfältig hergestellt in Deutschland

Sponser Sport Food AG  
CH-8832 Wollerau  
www.sponser.ch

Sponser Europe GmbH  
D-88131 Lindau  
www.sponser.de

04620/03

www.sponser.com