

REBUILD STRENGTH H24



Réf. 403K

Ingrédients : concentré de protéines de **lait**, concentré de protéines de lactosérum (dérivées du **lait**), fructose, saccharose, cacao maigre en poudre, L-glutamine, isolat de protéines de lactosérum (dérivées du **lait**), maltodextrine, arôme naturel, chlorure de sodium, correcteur d'acidité (citrate tripotassique), caséinate de calcium, triglycérides à chaînes moyennes, L-leucine, L-isoleucine, L-valine, L-ascorbate de sodium, épaississant (gomme guar), pyrophosphate ferrique, DL-alpha-tocophérol, D-pantothénate de calcium, chlorhydrate de pyridoxine, chlorhydrate de thiamine, riboflavine, D-biotine, cyanocobalamine. Conseil : pour les allergènes, voir les ingrédients en **gras**. **PEUT CONTENIR DU SOJA ET DE L'ŒUF.**

Veuillez-vous référer à l'étiquette du produit pour la liste des ingrédients et valeurs nutritionnelles à jour.

Informations nutritionnelles

Portion : 5 cuillères doseuses (50 g)				
Portions par sachet : 20				
	Par 100 g	% AR*	Par 50 g avec 250 ml d'eau	% AR*
Energie	380 kcal (1609 kJ)	-	190 kcal (805 kJ)	-
Matière grasse	3,0 g	-	1,5 g	-
dont: acides gras saturés	1,6 g	-	0,8 g	-
Glucides	36 g	-	18 g	-
dont : sucres	34 g	-	17 g	-
Fibres	1,5 g	-	0,8 g	-
Protéines	51 g	-	25 g	-
Sel	1,2 g	-	0,6 g	-
VITAMINES ET MINERAUX				
Vitamine E	9,1 mg	76 %	4,6 mg	38 %
Vitamine C	160 mg	200 %	80 mg	100 %
Thiamine	0,84 mg	76 %	0,42 mg	38 %
Riboflavine	1,1 mg	79 %	0,53 mg	38 %
Vitamine B6	1,1 mg	79 %	0,53 mg	38 %
Vitamine B12	1,9 µg	76 %	0,95 µg	38 %
Biotine	38 µg	76 %	19 µg	38 %
Acide pantothénique	4,6 mg	77 %	2,3 mg	38 %
Fer	13 mg	93 %	6,3 mg	45 %
ACIDES AMINES				
L-Leucine	4713 mg	-	2367 mg	-
L-Glutamine	3400 mg	-	1700 mg	-
L-Valine	2830 mg	-	1410 mg	-
L-Isoleucine	2754 mg	-	1377 mg	-

* Apports de référence

Boisson de récupération à base de protéines et de glucides, enrichie en L-glutamine et en acides aminés à chaîne ramifiée (BCAA) à prendre après un entraînement anaérobique.*

APPORTS ESSENTIELS

- Contient 25 g de protéines qui contribuent à augmenter et maintenir la masse musculaire
- Contient de la caséine et des protéines de petit-lait, deux protéines de haute qualité issues du lait et reconnues pour leur excellente teneur en acides aminés¹
- Contient 190kcal par portion pour vous aider à gérer votre apport calorique
- Contient de la vitamine B12 et de la thiamine qui contribuent au métabolisme énergétique normal
- Le fer contribue à un métabolisme énergétique normal, à la formation normale des globules rouges et au transport normal de l'oxygène dans l'organisme
- Sans colorants, arômes ou édulcorants artificiels
- A consommer après un entraînement anaérobique

¹Jäger et al. Position de la Société Internationale de Nutrition Sportive : protéines et activité physique. Journal de la Société Internationale de Nutrition Sportive (2017)14:20.

*Contient 18 g de glucides, qui contribuent à la récupération d'une fonction musculaire normale après un effort physique très intense et prolongé occasionnant une fatigue musculaire et une diminution des réserves de glycogène dans les muscles squelettiques.

CONSEILS D'UTILISATION

Mélangez cinq cuillères doseuses rases (50 g) à 250 ml d'eau. Secouer énergiquement.

A consommer dans les 30 minutes qui suivent l'exercice anaérobique.

Profitez de ce produit dans le cadre d'un régime alimentaire varié et équilibré, et d'un mode de vie sain et actif.

Test sur la présence de substances interdites : le programme d'assurance qualité Informed Sport certifie qu'un lot d'échantillons avec lequel ce produit est fabriqué a été testé par le laboratoire sportif de classe mondiale anti-dopage LGC et ne contient pas de substances interdites dans son test antidopage. Plus d'informations sur www.informed-sport.com