

Creatina Complex

Integratore di creatina, carnosina, L-glutamina e vitamine

Indicato negli sport di forza ed attività anche di lunga durata che implicano l'esecuzione di scatti e sprint. Una maggiore disponibilità di creatina concorre infatti a fornire substrati energetici di immediato utilizzo per il muscolo durante la contrazione. La carnosina è un tampone cellulare, utile per contrastare l'acidità muscolare conseguente a sforzi brevi e particolarmente intensi. La L-glutamina infine è utile per contrastare la sintomatologia da sovrallenamento.