





Creamuscle

Creatina monoidrata con caseina peptide e maltodestrine



-  Creatina monoidrata altamente solubile.
-  Con maltodestrine e Peptopro.
-  Facilmente assimilabile.
-  Eccellente gusto e solubilità.



IDEALE PRIMA DELLO SPORT

Gusto	Pompelmo
Formato	Barattolo da 400 g

La creatina ha una funzione di riserva di fosfati energetici a livello del muscolo e di ottimizzazione della disponibilità di ATP, vale a dire della "benzina" che viene usata dai muscoli per lavorare. L'utilizzo di creatina è indicato per attività in cui si ripetono impegni molto intensi a brevi intervalli l'uno dall'altro, in particolare per il calcio e per il basket. L'assimilazione e l'efficacia della creatina dipende dalla presenza insieme ad essa di altri fattori alimentari, come proteine e carboidrati. Diversi studi hanno dapprima dimostrato che l'associazione di creatina con carboidrati ad alto indice glicemico massimizza l'efficacia dell'integrazione. Altre ricerche hanno poi indicato che anche l'associazione con fonti proteiche risulta essere vantaggiosa. Gymline Crea Muscle, tenendo conto di queste indicazioni, apporta per ogni dose da 20 g: - creatina monoidrata (3 g) - maltodestrine (14 g) - caseina peptide (2 g). La caseina peptide è una fonte proteica che garantisce la massima digeribilità ed un

rapidissimo assorbimento. Essa, infatti, è prodotta “tagliando” selettivamente la caseina in prossimità dei residui dell'aminoacido prolina, secondo uno speciale processo enzimatico brevettato che consente di ottenere peptidi che non soltanto sono organoletticamente neutri, ma - come si è detto - anche estremamente solubili, a vantaggio delle caratteristiche del prodotto finito.