

# Krill Omega-3 Gold

VOEDINGSSUPPLEMENT



Krill Omega-3 Gold is de nieuwe generatie Omega-3. Deze onverzadigde vetzuren zijn niet afkomstig uit vette vissoorten, maar worden gewonnen uit Krill (*Euphausia superba*). Krill is een verzamelnaam voor ongeveer 80 soorten kleine garnaalachtige schaaldiertjes van 1 tot 6 centimeter. Zij komen voor in grote scholen in de wateren rondom Antarctica. Krill voedt zich met plankton en met algen die veel omega 3 vetzuren bevatten. Krill olie is minder verontreinigd omdat krill aan het begin van de voedselketen staat en daarom geen verontreiniging uit zee heeft opgehoopt.

## EPA en DHA

Dankzij de unieke samenstelling van Krillolie worden de Omega-3 vetzuren DHA en EPA goed opgenomen. Een dagelijkse inname van 250 mg EPA en DHA heeft een gunstige invloed op het hart. Daarnaast zijn de omega-3 visvetzuren EPA en DHA een aanvulling op de voeding voor sporters die geen vis eten.

## MSC Keurmerk – Duurzaam

Het Marine Stewardship Council-keurmerk (MSC) staat op visproducten die afkomstig zijn van duurzame visserij. Vissers en visserijen die in aanmerking willen komen voor een keurmerk, moeten aan deze criteria voldoen:

- Geen overbevissing op het visbestand;
- Behoud van het ecosysteem;
- Goed en doeltreffend beheer van de visserijactiviteiten.

De Krill die Virtuooos gebruikt wordt gevangen middels Eco Harvesting®, met aandacht voor het totale ecosysteem. Dit gepatenteerde systeem is een milieuvriendelijke krill oogst-technologie. Dit systeem is samen met the World Wildlife Fund

for Nature (WWF-Norway) ontwikkeld. Door deze duurzame oogsttechnologie is Aker Biomarine ook onafhankelijk gecertificeerd naar de standaarden van MSC.

## NZVT-gecertificeerd

Krill Omega-3 Gold is geproduceerd volgens de (doping)normen van het NZVT systeem en bevat daarom het NZVT logo. Krill Omega-3 Gold kan dus met zekerheid door topsporters gebruikt worden. Zo kan de sporter zich onbezorgd concentreren op het leveren van optimale sportprestaties.

## Bijzonder ingrediënt

Krill Oil™

## Geadviseerd gebruik

2 licaps per dag met een ruime hoeveelheid water innemen. Bij voorkeur in combinatie met een maaltijd.

## Health Claims

- Omega-3 vetzuren uit Antarctische krill
- Goed voor het hart<sup>1</sup>
- Draagt bij aan de hersenfunctie en het gezichtsvermogen<sup>2</sup>
- Gewonnen met duurzame Eco-Harvesting® technologie
- Vrij van toevoegingen en onzuiverheden

Samenstelling per dagdosering (2 licaps)			
Ingrediënt	Hoeveelheid	% RI	Verbinding
Krill olie; bevat:	1180 mg	*	
Fosfolipiden	660 mg		
Omega-3; waarvan:	318 mg		
– EPA	177 mg		
– DHA	82 mg		
Astaxanthine	100 mcg		
RI = Referentie inname / * RI niet bepaald			

“Eco- harvesting® is a Trademark of Aker BioMarine ”



<sup>1</sup> Een dagelijkse inname van 250 mg EPA en DHA draagt bij tot de normale werking van het hart.

<sup>2</sup> Een dagelijkse inname van 250 mg DHA draagt bij tot de instandhouding van een normaal gezichtsvermogen en een normale hersenfunctie.



**SPORT**  
ULTIMATE DOPE-FREE SPORTS SUPPLEMENTS



# Krill Omega-3 Gold

VOEDINGSSUPPLEMENT



Omega 3 vetzuren (EPA en DHA) spelen een belangrijke rol bij de algehele gezondheid van een sporter. In relatie met sport heeft het een positief effect op het herstellvermogen (vermindere ontstekingsreactie), immuunsysteem en adaptatievermogen aan trainingen. De voeding van de gemiddelde Nederlander bevat te weinig omega 3 vetzuren.

## Kan ingezet worden bij:

- Sporters als basissuppletie
- Een vegetarisch/ veganistisch voedingspatroon
- Duursporters ter vergroting van trainingseffect (aanmaak/ werking mitochondria)
- Een druk wedstrijdprogramma (EPA vermindert ontstekingsreacties na intensieve inspanning)
- Team- en vechtsporters (EPA kan reactievermogen verbeteren)
- Blessure (helpt mogelijk om spierverlies tegen te gaan) (Tipton 2015)

## Aanvullende informatie:

- Advies Gezondheidsraad: dagelijks 200 mg omega 3 vetzuren via voeding
- Hier kom je aan door wekelijks 1 portie vis te eten (voedingscentrum). De helft van de bevolking eet echter 2 tot 3 porties vis per maand
- Bij de laatste voedselconsumptiepeiling (2007-2010) varieerde de inname van visvetzuren (EPA+DHA) tussen 62 en 133 mg/dag
- Krill olie wordt vergeleken met visolie beter opgenomen (2/3 dosering nodig voor zelfde effect visolie)
- 1 tot 2 gram visolie (EPA + DHA) zou volgens literatuur bijdragen aan algemene gezondheid en tegengaan van sportgerelateerde ontstekingsreacties (Simopoulos 2007)

**SPORT**  
ULTIMATE DOPE-FREE SPORTS SUPPLEMENTS

