

# Magnesium Gold

VOEDINGSSUPPLEMENT



## Magnesium in het lichaam

Magnesium is een essentieel mineraal dat in bijna alle cellen van je lichaam voorkomt. Magnesium speelt een sleutelrol bij veel processen in ons lichaam. De belangrijkste bronnen van magnesium in onze voeding zijn volkoren granen, noten en groene bladgroenten. Voor mensen die weinig van deze producten eten is een magnesium supplement extra interessant.

Ook voor sporters is magnesium een belangrijk mineraal. Magnesium is namelijk betrokken bij de werking van je spieren en helpt om je spieren soepel te houden. Daarnaast speelt magnesium een rol in de prikkeloverdracht tussen zenuwcellen, het opbouwen van lichaamseiwit en helpt magnesium om energie vrij te maken uit je voeding. Ook helpt magnesium bij vermoeidheid en moeheid. Magnesium supplementen zijn dan ook niet voor niets ontzettend populair onder sporters.

## Extra magnesium voor sporters

Intensief sporten leidt tot een hogere behoefte aan magnesium. Daarnaast verliezen sporters extra magnesium via zweet. Met name fanatieke sporters hebben baat bij extra magnesium. Magnesium supplementen kunnen gebruikt worden om je dagelijkse inname van magnesium te verhogen. Zo kan je als sporter eenvoudig voldoen aan de verhoogde magnesium behoefte.

## Magnesium supplementen kunnen gebruikt worden voor:

- Ondersteuning van de normale spierfunctie
- Verminderen van vermoeidheid
- Ondersteuning van het zenuwstelsel
- Behoud van sterke en soepele spieren
- Opbouw van lichaamseiwit (bijvoorbeeld bij spiergroei en herstel)
- Verhoging van de inname tijdens intensieve trainingsperiodes

Magnesium draagt bij aan fitheid. Wie zich fit voelt kan meer rendement uit het trainingsprogramma halen!

## Magnesium Bisglycinaat

### Best opneembare vorm van magnesium

Magnesium Gold bevat de best opneembare vorm van magnesium, namelijk magnesium bisglycinaat. Magnesium bisglycinaat is een organische vorm van magnesium, waardoor het beter opneembaar is dan anorganische vormen van magnesium. Magnesium bisglycinaat wordt in het lichaam gezien als een aminozuur, waardoor het geen concurrentie hoeft aan te gaan met andere mineralen voor de opname.

Per dagdosering levert Magnesium Gold 375 mg elementair magnesium. Door de toevoeging van Bioperine® is de opname van magnesium verder geoptimaliseerd. Verder bevat Magnesium Gold een lage hoeveelheid vitamine B6 om bij te dragen aan de functies van magnesium in het lichaam.

## NZVT-gecertificeerd

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

## Bijzonder ingrediënt

BioPerine®

## Aanvullende informatie

Dit product is vrij van bekende allergenen en geschikt voor vegetariërs en veganisten.

## Geadviseerd gebruik

Drie maal daags 1 capsule met een ruime hoeveelheid water innemen. Bij voorkeur in combinatie met een maaltijd.

## Health Claims

- Best opneembare vorm van magnesium
- Goed voor de spieren en zenuwen
- Helpt bij vermoeidheid en ondersteunt de elektrolytenbalans
- Met BioPerine® en vitamine B6
- Veel gebruikt door sporters

**SPORT**  
ULTIMATE DOPE-FREE SPORTS SUPPLEMENTS



# Magnesium Gold

VOEDINGSSUPPLEMENT



Samenstelling per dagdosering (3 vegetarische capsules)			
Ingredient	Hoeveelheid	% RI	Verbinding
Magnesium (als Bisglycinaat)	375 mg	100%	
Vitamine B6	1,4 mg	100%	
BioPerine®	6 mg	*	
RI = Referentie inname / * RI niet bepaald			

BioPerine® is a trademark of Sabinsa



**SPORT**  
ULTIMATE DOPE-FREE SPORTS SUPPLEMENTS

