



## All Stars BCAA Powder 420g Dose



Mikro-instantisiertes BCAA Pulver (super Löslichkeit!) in der 4 leckeren Geschmacksrichtung

CHF 32.30

Branched Chain Amino Acids, kurz BCAA sind verzweigtkettige Aminosäuren. Sie bestehen aus den essentiellen Aminosäuren Leucin, Isoleucin und Valin. Gerade diese Kombination macht sie für den Körper besonders wertvoll. Im Gegensatz zu anderen Aminosäuren gelangen BCAA's über den Darm direkt in die Muskulatur. BCAA's werden im Kraft- und Ausdauersport eingesetzt. Sie können aber auch unterstützend bei Diäten, sowie zur schnelleren Rekonvaleszenz nach Krankheiten eingesetzt werden.

Das Leucin dient als wertvolle Energiequelle und verhindert den Proteinabbau in den Muskeln, das heisst BCAA's verlangsamen den Muskelabbau. BCAA's sollen bei einem Muskelaufbautraining das Fett reduzieren und den Aufbau der Muskelmasse erhöhen. Eine Zugabe von BCAA's erhöht auch die Ausschüttung von Insulin. Insulin transportiert Glukose in die Muskelzellen, die dort in Energie freigesetzt werden kann.

Eine Portion liefert 10g BCAA verzweigtkettige Aminosäuren im wissenschaftlich empfohlenen Verhältnis 2:1:1 = 5000mg Leucin + 2500mg Valin + 2500mg Isoleucin.

**Verzehrempfehlung:**

Mixen Sie 14g BCAA Pulver (1 Dosierlöffel = 1 Portion) mit 250ml Wasser in einem Shaker. Trinken Sie 1-2 Portionen BCAA täglich, am besten zum Frühstück, vor oder nach dem Training.

**Verpackungseinheit:** 420g Dose

**Geschmacksrichtung:** Watermelon, Mango Passionsfrucht, Erdbeer-Kiwi, Berry Blast

**The Shark  
Fitness Company**



**Shark Fitness AG**  
Shops in Wetztingen (ZH)  
und Wil (SG)

056 427 02 25  
info@sharkfitness.ch  
www.sharkfitness.ch

**The Shark  
Fitness Company**



**Shark Fitness AG**  
Shops in Wetztingen (ZH)  
und Wil (SG)

056 427 02 25  
info@sharkfitness.ch  
www.sharkfitness.ch

Inhalt: 420g