



Sponser Sponser Caffeine Caps, 90 Kapseln



CAFFEINE CAPS von Sponser liefern pro Kapsel 50mg Koffein in freier Form. Daher sind sie ideal geeignet für die individuelle Koffeindosierung während der Belastung und insbesondere für Personen mit empfindlichem Magen. Denn dank der magensäureresistenten CAFFEINE CAPS wird das Koffein erst im Darm freigesetzt und minimiert so potentielle Verträglichkeitsprobleme.

CHF 22.00

Der Koffeingehalt einer Kapsel CAFFEINE CAPS entspricht ungefähr demjenigen eines halben Espresso oder Kaffee. Wir empfehlen den Einsatz insbesondere bei längeren Ausdauerbelastungen ab 3h, da hier wegen der erhöhten Magenbelastung und – Sensitivität Koffein besser auf mehrere, kleine Mengen verteilt eingenommen wird (50-100mg, bzw. 1-2 Kapseln).

Wirkung von Koffein

Koffein steigert die Konzentration, Wachsamkeit und Aufmerksamkeit und trägt zur Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit bei.

Die individuelle Wirkung von Koffein hängt aber auch von genetischen Voraussetzungen ab. Mittels dem COFFEGEN - DNA Test lässt sich herausfinden, mit welcher Menge Koffein und zu welchem Zeitpunkt die optimale Leistungsfähigkeit erreicht werden kann.

Im Sport setzt man seit vielen Jahren auf die leistungsfördernde Wirkung von Koffein, welche in zahlreichen Studien nachgewiesen wurde. Koffein wird daher als sog. A-Supplement (wirkungsvollste Supplemente-Kategorie) von der Swiss Sports Nutrition Society (ssns.ch) gelistet.

- Koffein für erhöhte Leistungsfähigkeit
- Gezielte Dosierung
- Optimale Verträglichkeit

Einsatzbereich

Langzeit Ausdauerbelastungen:

Beim Radsport, Triathlon, Trail und Laufsport, Wandern, Skitouren etc.

Wir empfehlen 50-100 mg Koffein (1-2 Kapseln) pro Stunde.



CH Bundesamt für Gesundheit: max. 200 mg/Tag

Kurzzeitbelastungen

Vor Intervallbelastungen (Teamsportarten), intensiven Ausdauer- oder Kraftbelastungen. Empfohlene Menge von 3-4 mg Koffein pro kg Körpergewicht rund 30-60 min vor dem Einsatz einnehmen.

Beruf und Alltag

Für eine erhöhte Konzentration und Aufmerksamkeit.

Dieses Produkt ist vegan.

Verpackungseinheit: 90 Kapseln
Geschmacksrichtung: Neutral

Inhalt: 90g