



All Stars BCAA Powder boîte de 420g



Poudre de BCAA micro-instanciée (super solubilité !) en 4 saveurs délicieuses

CHF 35.90

Les Branched Chain Amino Acids, ou BCAA, sont des acides aminés à chaîne ramifiée. Ils se composent des acides aminés essentiels que sont la leucine, l'isoleucine et la valine. C'est justement cette combinaison qui les rend particulièrement précieux pour le corps. Contrairement à d'autres acides aminés, les BCAA's pénètrent directement dans les muscles via l'intestin. Les BCAA's sont utilisés dans les sports de force et d'endurance. Ils peuvent également être utilisés pour soutenir les régimes et accélérer la convalescence après une maladie.

La leucine sert de source d'énergie précieuse et empêche la dégradation des protéines dans les muscles, ce qui signifie que les BCAA's ralentissent la dégradation musculaire. Les BCAA's sont censés réduire la graisse et augmenter le développement de la masse musculaire lors d'un entraînement de renforcement musculaire. L'ajout de BCAA's augmente également la sécrétion d'insuline. L'insuline transporte le glucose dans les cellules musculaires, où il peut être libéré sous forme d'énergie.

Une portion fournit 10g d'acides aminés à chaîne ramifiée BCAA dans un rapport scientifiquement recommandé de 2:1:1 = 5000mg de leucine + 2500mg de valine + 2500mg d'isoleucine.

Recommandation de consommation :

Mélangez 14g de poudre de BCAA (1 cuillère de dosage = 1 portion) avec 250ml d'eau dans un shaker. Buvez 1 à 2 portions de BCAA par jour, de préférence au petit-déjeuner, avant ou après l'entraînement.

Unité d'emballage : boîte de 420g

Saveurs : pastèque, mangue fruit de la passion, fraise kiwi, berry blast

**The Shark
Fitness Company**



Shark Fitness AG
Magasins à Wettingen (ZH)
et Wil (SG)

056 426 52 02
info@sharkfitness.ch
www.sharkfitness.ch

Contenu: 420g