

Link do produktu: <https://witaminki24.pl/activlab-horizon-creatine-mono-300g-cytryna-masa-miesniowa-sila-p-732.html>



ACTIVLAB HORIZON CREATINE MONO 300G CYTRYNA MASA MIĘŚNIOWA SIŁA

Cena	38,78 zł
Kod producenta	ACTIV/1939
Kod EAN	5907368805108
Marka	Activlab
Kod taryfy celnej	21069092
Forma	proszek
Rodzaj	monohydrat kreatyny

Opis produktu

ACTIVLAB

pharma

ACTIVLAB HORIZON CREATINE MONO 300G CYTRYNA MASA MIĘŚNIOWA SIŁA

☐ CREATINE MONO / Monohydrat kreatyny z tauryną **Smak cytrynowy**

CREATINE MONO od Activlab to wysokiej jakości monohydrat kreatyny wzbogacony o dodatek tauryny. Preparat został stworzony z myślą o osobach dążących do zwiększenia siły, wytrzymałości oraz budowy czystej masy mięśniowej. Suplementacja kreatyną wspiera szybką resyntezę ATP, co przekłada się na wyższą wydajność podczas intensywnych treningów.



☐☐ Dla kogo?

Suplement dedykowany sportowcom wyczynowym oraz osobom trenującym rekreacyjnie, których celem jest poprawa wyników siłowych, budowa czystej masy mięśniowej oraz przyspieszenie regeneracji między seriami.

- ☐ Zwiększa wydolność fizyczną podczas krótkich, po sobie następujących, bardzo intensywnych ćwiczeń
- ☐ Wspiera budowę siły oraz optymalny wzrost masy mięśniowej
- ☐ Wzbogacony o taurynę wspomagającą transport kreatyny do komórek mięśniowych
- ☐ Świetna rozpuszczalność i warianty smakowe (oraz wersja neutralna)

☐ Najważniejsze właściwości produktu

- dostarcza 3565 mg czystej kreatyny w porcji, co z nawiązką pokrywa progowe 3 g wykazujące efektywne działanie
- zawartość tauryny poprawia resyntezę glikogenu oraz wspomaga regenerację po wysiłku
- idealne wsparcie w treningu siłowym, kulturystycznym, sprinterskim i dyscyplinach zespołowych
- miarka dołączona do opakowania ułatwia precyzyjne odmierzenie porcji



☐☐ Zawartość składników aktywnych w porcji

Wariant smakowy (1 porcja = 6 g): • Monohydrat kreatyny: 4050 mg • w tym czysta kreatyna: 3565 mg • Tauryna: 450 mg

Wariant neutralny (1 porcja = 4,5 g): • Monohydrat kreatyny: 4050 mg • w tym czysta kreatyna: 3565 mg

Składniki: Monohydrat kreatyny, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, tauryna, aromat, substancja słodząca: sukraloza.
(Informacja o alergenach: produkt może zawierać pochodne zbóż zawierających gluten, soi, mleka).

☐☐ Sposób użycia, przeznaczenie i przechowywanie

- **Zalecana porcja dzienna:** 1 miarkę proszku (6 g dla wersji smakowych lub 4,5 g dla wersji neutralnej) rozpuścić w 375 ml wody.
- **Sposób przyjmowania:** W dni treningowe stosować 1 porcję przed treningiem. W dni nietreningowe stosować 1 porcję rano na czczo.
- **Ostrzeżenia:** Nie przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia. Suplement diety nie może być stosowany jako substytut zróżnicowanej diety.
- **Warunki przechowywania:** Przechowywać w temperaturze pokojowej, w suchym miejscu, w zamkniętym opakowaniu, w sposób niedostępny dla małych dzieci.

ACTIVLAB

pharma

☐ FAQ – Często zadawane pytania

- **Jak działa monohydrat kreatyny?** Kreatyna zwiększa zapasy fosfokreatyny w mięśniach, co pozwala na szybszą odnowę ATP – podstawowego źródła energii używanego podczas krótkich i bardzo intensywnych skurczów mięśni.
- **Dlaczego do monohydratu dodano taurynę?** Tauryna działa jako transporter kreatyny, wspierając jej efektywny drenaż do komórek mięśniowych, a także wykazuje działanie antykataboliczne i nawadniające.
- **Czy kreatynę należy stosować codziennie, czy tylko w dni treningowe?** Aby utrzymać stałe wysycenie mięśni kreatyną, należy przyjmować ją regularnie każdego dnia – w dni treningowe przed ćwiczeniami, a w dni wolne rano po przebudzeniu.
- **Dlaczego porcja dla smaku neutralnego jest mniejsza (4,5 g vs 6 g)?** Wersja neutralna nie zawiera substancji smakowych, aromatów i regulatorów kwasowości, dzięki czemu mniejsza gramatura proszku dostarcza identyczną ilość czystej substancji czynnej.