Dane aktualne na dzień: 23-11-2026 04:33

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.

□ 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.