

Amino Sport Komplex

Nahrungsergänzungsmittel mit L-Glutamin und Methionin, den BCAAs Leucin, Valin und Isoleucin, sowie mit Vitamin D zur Erhaltung einer normalen Muskelfunktion und Thiamin (B1) als Beitrag zu einem normalen Energiestoffwechsel.

Empfohlene Verzehrmenge: 3 Kapseln pro Tag ½ Std. vor dem Essen.

Packungsgröße: 45g Dose/60g Kapseln

Artikel-Nummer: 00006

LACTOSEFREI, GLUTENFREI

Inhalt	pro 3 Kps.	% NRV	Inhalt	pro 3 Kps.	% NRV
Vitamin D	5 µg	100 %	L-Isoleucin	120 mg	-
Vitamin B1	1,1 mg	100 %	L-Leucin	480 mg	-
L-Arginin	120 mg	-	L-Methionin	120 mg	-
L-Cystein	120 mg	-	L-Valin	120 mg	-
L-Glutamin	540 mg	-	L-Glutathion	30 mg	-
Glycin	120 mg	-			

Zutaten: L-Glutamin, L-Leucin, Hydroxypropylmethylcellulose (Kapselhülle), L-Cysteinhydrochlorid, L-Argininhydrochlorid, L-Methionin, L-Valin, L-Isoleucin, Glycin, Füllstoff Cellulose, L-Glutathion, Thiaminhydrochlorid, Cholecalciferol.

Jede Charge unterliegt einer Dopingprüfung auf dopingrelevante Substanzen in einem akkreditierten Labor!

Amino Sport Komplex von Vitura refind nature enthält hochwertige Aminosäuren, insbesondere den essentiellen BCAAs (verzweigt-kettige Aminosäuren) im richtigen Verhältnis 4 : 1 : 1 und L-Glutamin.

Aminosäuren sind die Grundbausteine der Proteine und für zahlreiche Körperfunktionen zuständig. Neben ihrer strukturgebenden Funktion können Aminosäuren jedoch auch abgebaut und dem Energiestoffwechsel zugeführt werden. Bei Ausdauer- sowie Kraftsportarten ist der Proteinbedarf erhöht.

Aminosäuren kann man auf verschiedene Weise einteilen:

- Es gibt saure und basische Aminosäuren.
- Manche Aminosäuren können in Zucker (Glucose) und / oder in Fettsäuren umgewandelt werden.
- Man unterscheidet zwischen einer D- und einer L-Form: so wie zu einem Paar Schuhe ein linker und ein rechter Schuh gehören, gibt es für jede Aminosäure diese beiden verschiedenen Möglichkeiten. Aminosäuren kommen in natürlichen Proteinen so gut wie immer in ihrer L-Form vor.
- Es gibt essentielle, halb-essentielle und nicht-essentielle Aminosäuren. Viele Aminosäuren können ineinander umgebaut

werden. Nur die essentiellen Aminosäuren kann der Körper nicht selbst herstellen, so dass sie immer mit der Nahrung zugeführt werden müssen:

Es gibt acht Aminosäuren, die für den Menschen grundsätzlich **essentiell** sind: **Isoleucin, Leucin, Lysin, Methionin, Phenylalanin, Threonin, Tryptophan** und **Valin**.

Einige **nicht-essentielle Aminosäuren** können aus alpha-Ketosäuren, welche aus der Glykolyse, dem Citratzyklus und der Harnstoffzyklus abzweigen, gebildet werden. Aus den daraus entstehenden Aminosäuren und aus den acht essentiellen Aminosäuren bilden sich die restlichen Aminosäuren welche der Mensch benötigt. Diese werden ebenfalls mit der Nahrung aufgenommen, was allerdings nicht unbedingt lebensnotwendig ist. Außerdem kennt man noch einige **semiessentielle** Aminosäuren („semi-“ = „halb-“). Diese können von den meisten Menschen aus anderen Aminosäuren gebildet werden. Unter bestimmten Bedingungen können diese Aminosäuren jedoch essentiell werden. Dann sind auch diese Aminosäuren unbedingt mit der Nahrung zuzuführen. Dies betrifft je nach Aminosäure z. B. Kinder oder Heranwachsende oder besondere Lebensumstände. **Arginin** und **Histidin** sind halb-essentielle Aminosäuren.

L-Leucin, L-Isoleucin und **Valin** sind essentielle Aminosäuren, die wegen ihrer spezifischen Struktur als verzweigt-kettige Aminosäuren (engl. Branched Chain Amino Acids, BCAAs) bekannt sind. Valin ist Bestandteil vieler Proteine



und eine Ausgangssubstanz für den Aufbau der Pantothensäure und für die Bildung der Aminosäure Alanin. Die höchste Konzentration der BCAAs findet man in der Muskulatur, bspw. im Herzmuskel und in der Skelettmuskulatur. Sport Amino enthält die wichtigen BCAAs in einem ausgewogenen Verhältnis von Leucin : Valin : Isoleucin = 4 : 1 : 1

L-Glutamin ist zusammen mit Methionin ein Baustoff für Glutathion. Glutathion ist ein Peptid, also ein kleines Protein bzw. Eiweiß. Zusammen mit Selen bildet Glutathion das Enzym „Glutathionperoxidase“. Die höchste Konzentration von Glutamin findet man im Blut und in der Muskulatur.

L-Glutathion ist ein Peptid, also ein kleines Protein oder Eiweiß. Es wird aus den Aminosäuren Glutamin, Glycin und Cystein gebildet. Zusammen mit Selen bildet es das Enzym Glutathionperoxidase.

L-Glycin ist die einfachste nicht essentielle Aminosäure und ein vielseitiger und wichtiger Baustein fast aller Proteine und vieler Stoffwechsellmoleküle des Körpers.

L-Cystein und **L-Methionin** sind schwefelhaltige Aminosäuren. Unter anderem wird L-Cystein für den Aufbau von Glutathion, und Taurin benötigt. L-Methionin wird zur Bildung von Cystein, Glutathion und Taurin benötigt.

L-Arginin ist eine halbessentielle proteinogene Aminosäure, die an vielen Stoffwechselprozessen beteiligt ist. Arginin ist auch eine der Ausgangssubstanzen für die Bildung von Stickstoffmonoxid (NO). Ihr Name leitet sich aus dem Lateinischen „argentum“ für „Silber“ ab.

Vitamin D (Cholecalciferol) leistet einen Beitrag für die normale Funktion des Immunsystems und zur Erhaltung einer normalen Muskelfunktion. Es hat eist eine Funktion bei der Zellteilung und trägt zur Erhaltung normaler Knochen und Zähne bei. Dabei unterstützt es die Aufnahme und Verwertung von Calcium und Phosphor sowie einen normalen Calciumspiegel im Blut.

Vitamin B1 (Thiamin) ist ein wasserlösliches Vitamin aus dem B-Komplex. Es trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel und zur normalen Funktion von Nervensystem und Psyche bei. Vitamin B1 unterstützt auch eine normale Herzfunktion. Der Bedarf an Vitamin B1 steigt mit zunehmendem Energieumsatz. Dieses Vitamin ist sehr licht- und hitzeempfindlich und wird beim Kochen zu einem großen Teil zerstört.

Hinweise: Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Kein Ersatz für eine abwechslungsreiche Ernährung. Eine ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind wichtig. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren. Bei Raumtemperatur, trocken und lichtgeschützt lagern. Da wir für unsere Produkte weitestgehend natürliche Rohstoffe verarbeiten, können diese leichte Farbschwankungen und einen charakteristischen Geruch aufweisen.

Mindesthaltbarkeitsdatum und LOS-Nummer: siehe Dosenetikett
Datum der letzten Überarbeitung: April 2021

