

## Sport

**Inhalt**  
60 St. / Tabletten  
PZN 3328468  
UVP 26,50 €

**Verzehrempfehlung**  
1 Tablette / Tag

**Ohne**  
künstliche Aromen, künstliche Konservierung, künstliche Farbstoffe, Gentechnik

**Frei von**  
Sorbit, Fruktose, Laktose, Gluten, Hefe, Erdnussöl, Sojaprotein/-leizithin

### Bestform in allen Disziplinen.

Burgerstein Sport ist ein Multivitamin-Mineral-Basispräparat, welches speziell für die Bedürfnisse und den erhöhten Bedarf von Sportlern konzipiert wurde.

Antioxidantien wie Vitamin C und E, Zink und Selen tragen dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen. Verschiedene Vitamine und Spurenelemente unterstützen das Immunsystem, den Energiestoffwechsel und die Eiweißsynthese. Zudem tragen Magnesium und Kalzium zu einer normalen Muskelfunktion bei. Ergänzt wird die Formulierung mit einem Beeren-Extrakt.

Bei intensiver körperlicher Betätigung geschieht jede Menge im Körper: Durch die Anstrengung sammeln sich Oxidantien/frei Radikale im Körper an, welche ausgeschieden werden sollten. Durch das Schwitzen werden Mineralien ausgeschieden, die dem Körper wieder zugeführt werden sollten. Dazu ist der Vitamin- und Mineralstoffhaushalt besonders gefordert und sollte unterstützt werden.

Die im Burgerstein Sport enthaltenen Vitamine, Mineralien und Spurenelemente sind speziell auf den Breiten- und Leistungssportler ausgerichtet. Eine Einnahme über längerer Zeit ist durchaus möglich. Eine Kombination mit Kreatin oder L-Carnitin ist je nach Sportart empfehlenswert.

### Sport unterstützt...

- ... **Leistungssportler**  
Magnesium, Calcium und Vitamin D tragen zur Erhaltung einer normalen Muskelfunktion bei  
Vitamin C, E, Selen und Zink tragen dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen
- ... **Breitensportler**  
Vitamin C, E, Selen und Zink tragen dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen  
Magnesium, Calcium und Vitamin D tragen zur Erhaltung einer normalen Muskelfunktion bei

### Welche Nährstoffe verbraucht man beim Sport?

- Die Flüssigkeitsregler: NATRIUM UND KALIUM
- Der Antioxidantien-Trupp: VITAMIN C, E,  $\beta$ -CAROTIN
- Die Leistungs-Pusher: B-VITAMINE
- Der Sauerstoff-Transporteur: EISEN
- Die Steuerzentrale: MAGNESIUM
- Für starke Knochen und Muskeln: KALZIUM
- Kooperationspartner für Enzyme: ZINK
- Die Flüssigkeitsregler: NATRIUM UND KALIUM

### Wer braucht eine spezielle Sporternährung?

Ab welchem Ausmaß an körperlicher Aktivität sind Anpassungen in der Ernährung nötig? Das Festlegen einer genauen Grenze ist nicht einfach, weil viele Faktoren dabei eine Rolle spielen. So haben neben der Dauer und der Intensität einer Einzelbelastung (Trainingseinheit) und dem Belastungsumfang pro Woche auch Umweltfaktoren wie Außentemperatur und Luftfeuchtigkeit einen Einfluss auf den Bedarf des Athleten an Nährstoffen und Flüssigkeit. Unter besonders kalten oder warmen Bedingungen erhöht sich der Energiebedarf. Die Ernährungsempfehlungen sollten die Sportart und individuelle Bedürfnisse berücksichtigen. Eine Ernährungsanpassung in Richtung Sporternährung sollte bei Personen in Betracht gezogen werden, die an den meisten Tagen pro Woche ein ziel- und leistungsorientiertes Training absolvieren. Mehr dazu in unserem Ratgeber Sport...



Nährwerte	Pro Tagesportion (1 Tablette)	NRV*
Beta-Carotin	2,00 mg	42%
Vitamin B1 (Thiamin)	2,40 mg	218%
Vitamin B2 (Riboflavin)	2,60 mg	186%
Vitamin B6 (Pyridoxin)	3,00 mg	214%
Vitamin B12 (Cobalamin)	7,50 $\mu$ g	300%
Biotin (B7/H)	150,00 $\mu$ g	300%
Folsäure (B9)	300,00 $\mu$ g	150%
Vitamin B3 (Niacin)	16,00 mg	100%
Vitamin B5 (Pantothensäure)	15,00 mg	250%
Vitamin C	180,00 mg	225%
Vitamin D3	7,50 $\mu$ g	150%
Vitamin E	30,00 mg	250%
Vitamin K	100,00 $\mu$ g	133%
Chrom	40,00 $\mu$ g	100%
Eisen	12,00 mg	86%
Jod	50,00 $\mu$ g	33%
Kalzium	200,00 mg	25%
Kupfer	0,80 mg	80%
Magnesium	100,00 mg	27%
Mangan	1,50 mg	75%
Molybdän	50,00 $\mu$ g	100%
Selen	55,00 $\mu$ g	100%
Zink	8,00 mg	80%

\*NRV = Referenzmenge für die tägliche Zufuhr nach EU-Lebensmittel- informationsverordnung (LMIV)

**Zutaten:** Calciumcarbonat, L-Ascorbinsäure, Füllstoffe (Cellulose, vernetzte Natriumcarboxymethylcellulose), Magnesiumoxid, Magnesiumbisglycinat, Trennmittel (Fettsäuren, Siliciumdioxid, Magnesiumsalze der Speisefettsäuren), Eisenfumarat, Beeren- und Früchteextrakt (2,9 %, Heidelbeere, Brombeere, Erdbeere, Cranberry, Traube, Granatapfel), Zinkbisglycinat, Überzugsmittel (Hydroxypropylmethylcellulose, Titandioxid, Talk, Triglyceride), Gemischte Tocopherole, D-alpha-Tocopherylsäuresuccinat, modifizierte Stärke, Calcium-D-pantothenat, Niacinamid, Riboflavin, Manganbisglycinat, Pyridoxal-5-Phosphat, Thiaminmononitrat, Kupferbisglycinat, Beta-Carotin, Chrompicolinat, Pteroylglutaminsäure, Biotin, Phytomenadion, Natriumselenat, Kaliumjodid, Natriummolybdat, Cholecalciferol, Cyanocobalamin.

**Zusätzliche Informationen:** Nahrungsergänzungsmittel stellen keinen Ersatz für abwechslungsreiche Ernährung dar. Eine ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind wichtig. Die empfohlene Tagesdosis darf nicht überschritten werden. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern und bei Raumtemperatur lagern - bitte beachten Sie die entsprechenden Packungshinweise. | UVP: unverbindlicher Verbraucher Preis.