ZMA, 90 kapslar

Art nr. 161

ZMA är ett vitamin-/mineraltillskott innehållande magnesium, zink och vitamin B6 i lättupptaglig form.

Dessa näringsämnen lämpar sig särskilt för tränande individer då de i kombination bidrar till normal proteinsyntes, immunsystemet -och musklernas normala funktion.

Zink är ett livsnödvändigt mineral som påverkar omsättningen av proteiner, kolhydrater, fett, nukleinsyror och vissa vitaminer. Zink behövs för immunsystemet och bidrar även till att upprätthålla normala hormonnivåer i blodet.

Magnesium i sin tur hjälper våra muskler att slappna av och bidrar till normal muskelfunktion och nervsignalering. Träning ställer krav på båda dessa delar. Magnesium har en avslappnande inverkan och kan hjälpa kroppen att slappna av nattetid.

Vitamin B6, även kallat pyridoxin, är nödvändigt för proteinomsättningen och har betydelse för exempelvis nervernas funktion.

NETTOVIKT

90 kapslar (45 serveringar)

**DOSERINGSSTORLEK**

2 - 3 kapslarl

DOSERING

2-3 kapslar före sänggående och på tom mage för bästa effekt.

INGREDIENSER

**Magnesiumcitrat**, vegetabilisk kapsel (cellulosa), **zinkmonometionin/aspartat, vitamin B6** (pyridoxin-HCl), fyllnadsmedel (mikrokristallin cellulosa), klumpförebyggande medel (vegetabiliskt magnesiumstearat, kiseldioxid).   
**INNEHÅLL**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Innehåll per** | **2 kapslar** | **3 kapslar** |
| Magnesium | 300 mg (80%\*) | 450 mg (120%\*) |
| Zink | 20 mg (200%\*) | 30 mg (300%\*) |
| Vitamin B6 | 7 mg (500%\*) | 10,5 mg (750%\*) |

*\* RDI*

FÖRVARING  
Torrt, svalt, väl förslutet och oåtkomligt för barn.

KOSTTILLSKOTT   
Rekommenderad dagsdos ska ej överskridas. Bör inte användas som alternativ till en varierad kost. Förvaras utom räckhåll för barn.

KVALITETSGARANTI   
Producerad i Sverige enligt rådande EU-normer.