

WAT IS CAFEÏNE?

Cafeïne is een stof die van nature voorkomt in de bonen, bladeren of vruchten van meer dan 60 verschillende planten, waaronder koffiebonen, cacao's en theebladeren. Wereldwijd wordt cafeïne gebruikt voor zijn stimulerende werking. Cafeïne Gold 50 mg bevat de meest effectieve vorm van cafeïne, cafeïne anhydraat.

PRESTATIES VERBETEREN

Cafeïne Gold 50 mg is ideaal om te gebruiken voor een training of wedstrijd. Het gebruik van een cafeïne supplement kan een sporter helpen om net wat meer te geven tijdens fysieke activiteit. Cafeïne vermindert het gevoel van vermoeidheid tijdens het sporten¹. Daarnaast ondersteunt cafeïne het uithoudingsvermogen¹ en helpt het de concentratie en alertheid verhogen¹. Effecten die voor vrijwel elke sporter gunstig zijn.

VOORDELEN VAN CAFEÏNE PILLEN

Met onze cafeïne pillen kun je gemakkelijk zelf bepalen hoeveel cafeïne je inneemt. Cafeïne Gold 50 mg wordt zorgvuldig samengesteld onder gecontroleerde omstandigheden. Hierdoor is de dosering altijd hetzelfde. Bij bijvoorbeeld koffie verschilt de hoeveelheid cafeïne per kopje, waardoor je nooit precies weet hoeveel je binnenkrijgt. Daarnaast zorgt de handige capsulevorm ervoor dat je de bittere smaak van de cafeïne niet proeft.

NZVT-GECEERTIFICEERD

Cafeïne Gold 50 mg is geproduceerd volgens de (doping)normen van het NZVT systeem en bevat daarom het NZVT logo. Cafeïne Gold 50 mg kan dus met zekerheid door topsporters gebruikt worden. Zo kan de sporter zich onbezorgd concentreren op het leveren van optimale sportprestaties.

GEADVISEERD GEBRUIK

30 tot 60 minuten voor de inspanning 2 tot 6 capsules innemen met een ruime hoeveelheid water.

Het algemene advies is om 3-6 mg cafeïne per kilogram lichaamsgewicht te nemen. Aangezien de optimale hoeveelheid cafeïne verschilt per persoon, raden wij aan om dit zelf te testen bij trainingen. Begin met 1-2 capsules en verhoog de dosering naar wens. Hoeveelheden boven de 6 mg cafeïne per kilogram lichaamsgewicht voegen niets toe en zijn af te raden.

CAFEÏNE EN SLAAP

Cafeïne kan door zijn stimulerende werking een negatief effect hebben op de nachtrust. Let dus op met de hoeveelheid en de timing van Cafeïne Gold 50 mg als je hier gevoelig voor bent.

HEALTH CLAIMS

- 50 mg cafeïne per capsule
- Gemakkelijk zelf te doseren
- Verhoogt de concentratie en alertheid¹
- Ondersteunt het uithoudingsvermogen¹
- Vermindert het gevoel van vermoeidheid tijdens inspanning¹
- 90 capsules per verpakking

¹ Gezondheidsclaims in afwachting van Europese toekenning. Gunstige effecten worden behaald bij een minimale inname van 75 mg cafeïne.

INGREDIËNT	HOEVEELHEID	%RI	VERBINDING
Cafeïne	50 mg	*	

RI = Referentie-inname

* RI niet bepaald

CAFEÏNE GOLD 50 MG



Virtuoos' Caffeine Gold is a dietary supplement to enhance the performances of professional athletes. Caffeine enhances test time performances

NZVT-CERTIFIED

Caffeine Gold is endowed with the NZVT logo. NZVT is an abbreviation of the 'Nederlands Zekerheidssysteem VoedingssupplementenTopsport' (Anti Doping Authority for the Netherlands.) This certification guarantees the athlete that the dietary supplement is free of doping.

DAILY USAGE

Consult your trainer/physician for usage..

HEALTH CLAIMS

- Specifically suitable for (professional) athletes.
- A pure performance, because this product is
- NZVT-certified.

INGREDIENT	AMOUNT	% RDA	COMPOUND
Cafeïne	50 mg		



COMMENTS

Caffeine improves performance. It primarily stimulates the central nervous system. The perception and feeling of fatigue is reduced. (Caffeine blocks adenosine receptors).

CAN BE USED BY

- Endurance athletes. During exertions of more than two minutes it has a performance enhancing effect.
- Can be used by recreational and professional athletes.
- Helps during training activities aimed at increasing endurance.

ADDITIONAL INFORMATION

- Literature is not yet unambiguous about the effect during strength training.
- Dosages of 3 to 6 mg per kilogram of body weight are used in practice. A higher dosage does not seem to be useful and can cause unwanted effects (increased heart rate, vibration, headache and insomnia).
- Every individual responds differently to caffeine. The same dosage can have a stronger or weaker effect on another athlete.
- Test it first during a training. Always start with a low dosage and determine which dosage makes you feel comfortable.
- Literature indicates that caffeine does not provide additional moisture secretion (through urine).

Depending on the type of exertion, beta alanine can be advised as well.