

## WAT IS L-GLUTAMINE?

L-glutamine is het meest voorkomende vrije aminozuur in onze spieren. Het is een semi-essentieel aminozuur, wat betekent dat het in sommige gevallen noodzakelijk is om dit aminozuur via de voeding binnen te krijgen. L-glutamine komt van nature voor in verschillende producten, waaronder vlees, zuivel, eieren, tofu, mais en bonen.

L-Glutamine Gold heeft een neutrale smaak, waardoor je het uitstekend met water of een andere drank kunt innemen.

## VOOR WIE IS L-GLUTAMINE NUTTIG?

L-Glutamine Gold kan door alle type sporters gebruikt worden. Normaal gesproken kan het lichaam zelf voldoende L-glutamine aanmaken, maar bij zware of langdurige inspanning wordt er meer L-glutamine gebruikt dan er geproduceerd wordt. In dit geval ben je afhankelijk van je voeding om voldoende L-glutamine binnen te krijgen. Op deze momenten kun je L-Glutamine Gold gebruiken om je spierherstel te ondersteunen. Ook in perioden van ziekte is het lichaam niet altijd in staat om voldoende L-glutamine aan te maken.

## NZVT-GECERTIFICEERD

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

## AANVULLENDE INFORMATIE

Dit product is vrij van bekende allergenen en geschikt voor vegetariërs en veganisten.

## GEADVISEERD GEBRUIK

Neem direct na het sporten 1 afgestreken maatschepje (5 gram), opgelost in water of een andere drank. Neem eventueel 1 extra dosering 2 uur na de inspanning. Je kunt L-Glutamine Gold ook goed combineren met Whey Classic Gold of Whey Recovery Gold om direct alle aminozuren binnen te krijgen voor een optimaal herstel van je spieren.

## HEALTH CLAIMS

- NZVT gekeurd voor de zuiverste prestatie
- Speciaal geschikt voor (top)sporters
- Bevat een hoogwaardige vorm van L-Glutamine
- L-Glutamine is een essentiële aminozuur die niet door het eigen lichaam aangemaakt kan worden en dienen dus via de voeding ingenomen te worden
- 5 gram L-Glutamine per dosering
- Meest voorkomende aminozuur in spierweefsel
- Ideaal tijdens of na het sporten
- Snelle aanvulling op Glutamine

INGREDIENT	HOEVEELHEID	% RI	VERBINDING
L-Glutamine	5000 mg	*	
Betaïne	500 mg	*	

De aminozuren in dit product voldoen aan strenge kwaliteitseisen.

# L-GLUTAMINE COMPLEX GOLD

Glutamine is a versatile amino acid that is very common in the body. Unlike other amino acids, glutamine has no less than two amino groups. All other amino acids can be made through glutamic acid. Glutamine can be synthesized in the body from other substances. Under certain circumstances, however, glutamine is an essential amino acid. Like when the body's production of glutamine is not sufficient. The body is not always able to fill the glutamine stocks during fasting, illness, and heavy physical exertions\*.

The muscles contain more than half of the total glutamine in the body\*. Glutamine is a source of nitrogen for the muscles. The body also uses glutamine as an energy source. During intense exercise the body uses large amounts of glutamine. After an intense training session a period of several hours is required in order to bring the glutamine levels back to normal. Adding L-Glutamine to the regular diet offers a solution for many (professional) athletes. It is an easy way to ingest an ample amount of this special amino acid. The L-form is the natural form of amino acids.

## NZVT-CERTIFIED

L-Glutamine Complex Gold is endowed with the NZVT logo. NZVT is an abbreviation of the 'Nederlands Zekerheidssysteem Voedingssupplementen Topsport' (Anti Doping Authority for the Netherlands.) This certification guarantees the athlete that the dietary supplement is free of doping.

## DAILY USAGE

Fill the scoop and mix it with water or another drink that does not contain caffeine (e.g. juice.) Preferably in combination with a meal. The scoop is included.

- A quick way to absorb additional glutamine.
- L-Glutamine is recommended for athletes who train very intensively.
- L-Glutamine is suitable for both strength and endurance training.
- A pure performance, because this product is NZVT-certified.

INGREDIENT	QUANTITY	% RDA	COMPOUND
L-Glutamine	5,0 g		
Betaine	0,5 g		

The amino acids in this product comply with strict quality standards.