

## CREATINE GUMMIES

### Creatina Micronizada en formato caramelos de goma sabor chicle

- Disminuye el cansancio y la fatiga
- Contribuye al crecimiento muscular y desarrollo de fuerza
- Mejora la recuperación

La creatina es un derivado de aminoácidos compuesto por la glicina, arginina y metionina. Este se encuentra naturalmente en los alimentos, pero habría que consumir grandes cantidades de estos para poder conseguir las cantidades necesarias para que lleguen a hacer un efecto significativo en el cuerpo. Es por eso que **Creatine Gummies** es ideal para aquellas personas que quieran un capricho dulce sin remordimiento y consiguiendo la creatina necesaria (**cada porción aporta 3,5 g de monohidrato de creatina**) para mejorar su rendimiento físico.

#### Los beneficios principales de la creatina son:

- Aumento de la fuerza y potencia
- Mejor el rendimiento en ejercicios explosivos y de corta duración
- Mayor capacidad de entrenamiento: permite realizar más repeticiones o series durante el entrenamiento
- Incremento de masa muscular: promueve la retención de agua en las células musculares, lo que puede dar lugar a un aumento de volumen muscular
- Mejora en la recuperación, reduce a fatiga muscular y acelera la recuperación entre sesiones de entrenamiento
- Beneficios cognitivos potenciales: algunos estudios sugieren que podría mejorar la memoria y la función cognitiva, especialmente en personas mayores o con ciertas condiciones.

Con la finalidad de ayudarte a alcanzar tus mejores resultados, Weider ha formulado una **creatina micronizada, 200 MESH**. Esto hace referencia a la buena solubilidad en el agua, y por lo tanto a una mejor absorción en el organismo debido al tamaño de las partículas.

**Ingredientes:** Edulcorantes: maltitol, sorbitol; monohidrato de creatina, agua, gelatina, acidulante: ácido cítrico; aroma, colorante natural: carmín; agentes de recubrimiento: cera carnauba, cera de abeja.



**MODO DE EMPLEO:** Tomar 3 caramelos de goma en cualquier momento del día.

**PRESENTACIÓN:** 66 gominolas (22 porciones).

**SABOR:** Chicle.

Infomación Nutricional	Por 3 caramelos de goma
Valor energético	32 Kj / 8 kcal
Grasas	0 g
- de las cuales saturadas	0 g
Hidratos de carbono	2,3 g
- de los cuales azúcares	0 g
Proteínas	0,2 g
Sal	0 g
Monohidrato de creatina	3,5 g
- de la cual creatina	3 g