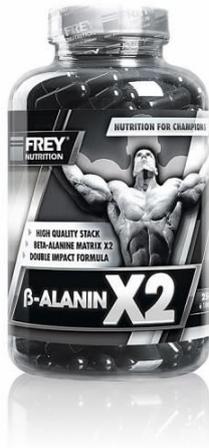


## Produkt BETA-ALANIN X2 - 250 Kps.



**BETA-ALANIN X2** ist eine absolute Weltneuheit und kombiniert die außergewöhnliche Aminosäure Beta-Alanin mit L-Histidin zur Wirkstoffverstärkung. BETA-ALANIN X2 ist sehr beliebt bei weit fortgeschrittenen Sportlern und wird vor dem Training eingesetzt, um von den positiven Eigenschaften während des Trainings zu profitieren. Hierbei sollte BETA-ALANIN X2 ca. 30 Minuten vor dem Kraft- oder Sprintraining eingenommen werden.

### Die Qualitätsmerkmale von BETA-ALANIN X2 im Überblick

- [WELTNEUHEIT: Synthese von Beta-Alanin mit L-Histidin](#)
- [Ideale Kombination für eine verstärkte Aufnahme](#)
- [Optimale Einnahmeform durch praktische Kapseln](#)
- [Hergestellt in Deutschland](#)

### Beschreibung:

## Maximale Intensität für ein erfolgreiches Muskelwachstum

Um Muskeln aufbauen zu können, müssen diese ausreichend gereizt werden! Dies geschieht zum einen durch ein angepasstes Trainingsgewicht und zum anderen durch eine maximale Trainingsintensität. Ein korrekt durchgeführter Trainingsplan führt zu einer geringeren Übersäuerung der Muskulatur, was die Leistungsfähigkeit positiv beeinflusst. Beta-Alanin ist eine nicht essentielle Aminosäure und ist die einzige natürlich vorkommende Beta-Aminosäure. Beta-Alanin darf nicht mit normalem Alanin verwechselt werden, da Beta-Alanin als nicht-proteinogene Aminosäure klassifiziert wird. Die beste natürliche Quelle von Beta-Alanin sind Di-Peptide, die Beta-Alanin enthalten (Carnosin, Anserin und Balenin).

## Beta-Alanin & L-Histidin – die optimale Wirkstoffkombination

Durch die Zugabe von L-Histidin konnte die Produktqualität von BETA-ALANIN X2 beträchtlich gesteigert werden, womit ein Produkt mit einer außerordentlichen Kombination

entwickelt wurde. BETA-ALANIN X2 ist neben CREATIN X6, TRIBUSTON und NOX® #2 ein weiteres hoch wirkungsvolles Produkt von FREY Nutrition®, welches sich bei Profi-, Leistungs- und fortgeschrittenen Hobbysportlern größter Beliebtheit erfreut.

## Quellen / Studien:

*RC. Harris / C. Hill / A. Wise: „Wirkung der kombinierten Beta-Alanin und Kreatin Monohydrat Supplementation auf die Performance“, Medicine & Science in Sports & Exercise, Band 35 (2003). H. Kim et al.: „Die Wirkung einer Ergänzung mit  $\beta$ -Alanin auf Muskel-Carnosin-Synthese und der körperlichen Leistungsfähigkeit“, J. Inter. Soc. Sport Nutr. 3 (2006). Y. Suzuki / O. Ito / H. Takahashi / K. Takamatsu: „Die Wirkung von Sprinttraining auf die Skelettmuskulatur Carnosin“, Intl. J. Sport Gesundheit Sci 2 (2004).*

## Nährwerte:

Produktanalyse:

Nährwertangaben	pro 100 g	pro Portion*
Energie	375 kcal	225 kcal
Fett	0,2 g	0,1 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,0 g	0,0 g
Kohlenhydrate	62,0 g	37,2 g
davon Zucker	0,0 g	0,0 g
Ballaststoffe	0,2 g	0,1 g
Eiweiß	21,4 g	12,8 g
Salz	0,38 g	0,23 g

\* 60 g in 400 ml Wasser

Aminosäurenbilanz:

Aminosäuren	pro 100 g Protein
L-Alanin	2,9 g
L-Arginin	27,4 g
L-Asparaginsäure	6,4 g
L-Cystein	1,3 g
L-Glutaminsäure	10,5 g
L-Glycin	0,8 g
L-Histidin	1,0 g
L-Isoleucin (BCAA)*	9,1 g
L-Leucin (BCAA)*	8,8 g
L-Lysin*	5,6 g
L-Methionin*	1,3 g
L-Phenylalanin*	1,8 g
L-Prolin	3,2 g
L-Serin	2,7 g
L-Threonin*	3,6 g
L-Tryptophan*	0,8 g

L-Tyrosin	6,7 g
L-Valin (BCAA)*	6,1 g

\* essentielle Aminosäuren

#### Zugesetzte Aminosäuren:

Aminosäuren	pro 100 g
L-Arginin	4000 mg
L-Glutamin	4000 mg
L-Tyrosin	800 mg
L-Isoleucin	800 mg
L-Leucin	400 mg
L-Valin	400 mg

#### Vitaminbilanz:

Vitamine	pro 100 g
Vitamin C	174,0 mg (184 %*)
Niacin	29,4 mg (184 %*)
Vitamin E	22,1 mg (184 %*)
Panthotensäure	11,0 mg (184 %*)
Vitamin B6	2,6 mg (184 %*)
Vitamin B2	2,6 mg (184 %*)
Vitamin B1	2,0 mg (184 %*)
Folsäure	382,0 mcg (191 %*)
Biotin	91,8 mg (184 %*)

#### **Verzehrempfehlung:**

6 Kapseln 30 Minuten vor dem Training mit reichlich Flüssigkeit einnehmen.

Hinweis: Nach der Einnahme von BETA-ALANIN X2 kann es zu einem Kribbeln unter der Haut kommen. Diese Reaktion ist völlig unbedenklich und produkt- sowie wirkungsbedingt.

#### **Zutaten:**

Beta-Alanin, L-Histidin, Rindergelatine (Kapsel), Trennmittel (Magnesiumsalze von Speisefettsäuren, Siliciumdioxid), Farbstoffe (E 171, E 172).

#### **Inhalt:**

**250 Kapseln à 1000 mg (= 42 Portionen | reicht für ca. 14 Wochen)**

**EAN/GTIN-Nummer:** 4260206491002  
**Pharmazentralnummer (PZN):** 10732508

