

## Creatine 500g poeder

Voedingssupplement

### GBRUIK:

Gebruiksadvies: 1 volle dessertlepel = 5g.

Aanbevolen dagelijkse hoeveelheid: 5g, alhoewel incidenteel tot 20g kan worden ingenomen. We bevelen 5 g per dag aan, gemengd in dranken, ook in proteïne shakes of fruitsap. Hogere inname kan incidenteel via een zgn. 'oplaaddosering', 4 doseringen van 5g per dag, gedurende 5 dagen.

Gebruik als hier beschreven tenzij anders wordt geadviseerd door uw therapeut of apotheker.

### INGREDIËNTEN:

Creatinemonohydraat

**Geschikt voor vegetariërs.**

### WIST U DAT?

Het gebruik van creatine kan uw prestaties verbeteren bij explosieve krachtsinspanningen. Bij een verhoogde behoefte bij sportprestatie.

### WAARSCHUWING:

Niet gebruiken tijdens zwangerschap of bij het geven van borstvoeding. Raadpleeg uw huisarts voor gebruik indien u een nierziekte heeft of onder medische supervisie staat. Als er een ongewenste reactie optreedt moet u stoppen met gebruik en uw arts raadplegen.

Allergie advies: Geproduceerd in een fabriek waar eieren, soja, pinda's en noten worden verwerkt.

Netto inhoud: 500 gram

### SPECIFICATIES per dagdosering (= 5 gram):

Creatine Monohydraat 5g

Houd u aan de aanbevolen dosering. Een voedingssupplement is geen vervanging van een gevarieerde voeding en gezonde leefstijl. Droog en bij kamertemperatuur bewaren buiten bereik van kinderen.

### KWALITEITS GARANTIE

We geven extra aandacht aan het beschrijven van de nutriënten in al onze producten, zowel eerlijk als accuraat.

Holland Pharma, Bosberg 41, 7271 LE Borculo  
[www.lambertshealthcare.nl](http://www.lambertshealthcare.nl)  
[info@lambertshealthcare.nl](mailto:info@lambertshealthcare.nl)