

Link do produktu: <https://www.champions-supleshop.pl/amix-kre-alkalyn-150-kapsulek-p-3843.html>

AMIX Kre-Alkalyn 150 kapsułek

Opis produktu

Uwaga! Opis produktu pochodzi zazwyczaj z oficjalnej strony producenta lub od dystrybutora danej marki na Polskę. Jeżeli potrzebujesz większej ilości informacji przed zakupem, skontaktuj się bezpośrednio ze sklepem. Każdemu klientowi po zakupie przysługuje prawo do bezpłatnego indywidualnego doboru dawkowania. Dostępna jest również opcja bezpłatnego przed zakupowego doboru produktów w zależności od oczekiwanego rezultatu.

AMIX Kre Alkalyn – kreatyna buforowana w kapsułkach

Królowa wszystkich suplementów diety dla sportowców może być tylko jedna. I niewątpliwie na to miano zasługuje kreatyna buforowana AMIX Kre Alkalyn. Jedna z najpopularniejszych na świecie substancji, wokół której wyrosły setki mitów. Kreatyna jest jednym z suplementów segmentu A, co oznacza, że może bezpośrednio poprawiać wyniki treningowe. Do tego wszystkiego dochodzi niepodważalne, wielokrotnie przetestowane i udowodnione działanie kreatyny. Jednak jak w większości przypadków, technologia potrafi udoskonalić tradycyjne metody i poprawić ich działanie. Przykładem tego jest suplement diety **Kre-Alkalyn** z linii podstawowej **Amix™ Nutrition**.

Kre Alkalyn AMIX to udoskonalona forma monohydratu kreatyny, czyli najprostszej i najlepiej przebadanej formy suplementu kreatynowego na rynku. Został opatentowany w 2002 roku przez dr Jeff'a Golini'ego. Klasyczny monohydrat kreatyny poddany jest procesowi buforowania, czyli alkalizacji związku, co znacząco zwiększa jego pH. Kreatyna uzyskana w ten sposób, jest znacznie bardziej stabilna i dociera do mięśni niezmienną przez kwasowe środowisko układu pokarmowego. Dodatkowo, **Kre-Alkalyn**, nie powoduje problemów gastrycznych ani znacznej retencji wody.

Czym jest Kreatyna?

Organiczny związek chemiczny, który bezpośrednio zwiększa siłę, wytrzymałość a co za tym idzie masę mięśniową. Kreatyna, właściwie kwas β -metyloguanidynooctowy, jest endogennym związkiem naturalnie produkowanym w organizmie ludzkim. Powstaje z aminokwasów – argininy, metioniny i glicyny, a miejscem jest wątroba, a w mniejszej ilości również nerki i trzustka. Kreatynę można również spotkać w pożywieniu. Jej źródłem jest mięso, zwłaszcza wołowina. Mniejsze ilości znajdują się również w mięsie z królika, drobiu i wieprzowinie. Organizm magazynuje kreatynę. Tą można podzielić na wolną kreatynę, która stanowi około 40% całkowitej wartości, oraz na fosfokreatynę, około 60%. Ta druga powinna interesować Cię znacznie bardziej, ponieważ właśnie z nią związany jest mechanizm działania kreatyny. Miejscem, w którym magazynowana jest kreatyna, są mięśnie szkieletowe. Około 95% całkowitej kreatyny znajduje się właśnie w tych tkankach. Całkowita ilość kreatyny produkowana w organizmie, włączając również tą z pożywienia, zazwyczaj nie daje takich korzyści jak stała suplementacja. Z tego właśnie powodu warto włączyć kreatynę do swojej codziennej suplementacji, najlepiej jako **Amix Kre Alkalyn**.

Co daje i jak działa kreatyna?

Kreatyna to doskonały suplement dla każdego sportowca, zwłaszcza sportowca siłowego czy sylwetkowego. Suplementacja kreatyny ma bezpośredni wpływ na zwiększenie siły i wytrzymałości mięśni. To bezpośrednio przekłada się na rozbudowę masy mięśniowej czy ilość spalonych kalorii. Badania pokazują, że suplementacja kreatyną pozwala zwiększyć siłę swojego maksymalnego powtórzenia o 8%, jednocześnie pozwalając zrobić o 14% więcej powtórzeń. Sytuacja wygląda podobnie w kwestii budowania masy mięśniowej. Mechanizm działania tego suplementu diety, jest związany z rolą jaką odgrywa, wspomniana wcześniej fosfokreatyna. Powstaje ona z kreatyny podczas procesu fosforylacji. Ten jest możliwy dzięki enzymowi zwanemu kinazą kreatynową. Z tego powodu, zwiększenie poziomu kreatyny w organizmie automatycznie zwiększa poziom fosfokreatyny w mięśniach. Trening siłowy jest wysiłkiem o charakterze beztlenowym, podczas którego jednostką energetyczną jest ATP (adenozynotrifosforan). Ta substancja jest niezbędna do prawidłowej pracy mięśni, jednak podczas wysiłku odłącza się od niej grupa fosforanowa, na skutek czego powstaje ADP (adenozynodifosforan). W takiej sytuacji, rezerwy fosfokreatyny pozwalają błyskawicznie odbudować ATP i pracować na pełnych obrotach przez dłuższy czas.

Skład w 2 kapsułkach: monohydrat kreatyny o skorygowanym pH (Kre-Alkalyn®) 1500 mg, kapsułka żelatynowa (żelatyna, woda, barwnik: dwutlenek tytanu), środki przeciwzbrylające: stearynian magnezu, krzemionka.

Zalecane dawkowanie: 2 kapsułki dziennie około 60 min. przed treningiem.