

Link do produktu: <https://www.champions-supleshop.pl/fitness-authority-crea-core-350-gram-p-792.html>



FITNESS AUTHORITY Crea Core 350 gram

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.

Mieszanka 3 różnych form kreatyny w celu zwiększenia wydolności fizycznej w trakcie treningu!

CreaCore® – stack kreatynowy oparty na zaawansowanych formach kreatyn, w tym na popularnej kreatynie HCl (chlorowodorek kreatyny), wzbogacony beta-alaniną w opatentowanej formie CarnoSyn®, która wpływa na ograniczenie akumulacji kwasu mlekowego w pracujących mięśniach, a tym samym zmniejsza zakwaszenie mięśni podczas długotrwałych sesji treningowych. Dodatek sproszkowanych nasion kozieradki pospolitej (*Trigonella foenum-graecum* L.) dostarczającej 4-hydroksyizoleucynę, ma na celu wspomaganie ekstrakcji testosteronu, co wpływa na budowę beztłuszczowej masy mięśniowej. Każda forma kreatyny użyta w **CreaCore®** została dodana w sposób przemyślany, aby Twoje efekty treningowe mogły osiągnąć kolejny, wyższy poziom.

Chlorowodorek kreatyny to forma kreatyny stabilizowana chlorowodorkiem. Dzięki takiemu połączeniu naukowcy otrzymali cząsteczkę kreatyny, która jest znacznie lepiej rozpuszczalna w wodzie od monohydratu kreatyny, co pozwala na lepsze przyswajanie cząsteczki w organizmie. Dodatkowo chlorowodorek kreatyny charakteryzuje się stabilnością w każdym środowisku: kwaśnym, neutralnym i zasadowym. Stabilna cząsteczka kreatyny nie potrzebuje dodatkowych substancji buforujących, aby przejść przez przewód pokarmowy, gdzie środowisko zmienia się od kwaśnego panującego w żołądku do zasadowego będącego w dwunastnicy. Chlorowodorek kreatyny nie wpływa na wzdęcia, jakie towarzyszą suplementacji np.: monohydratem kreatyny oraz nie wymaga tzw.: fazy ładowania. Wysycenie kreatyną HCl plazmy komórkowej następuje niezwykle szybko z uwagi na jej wysoką biodostępność. Chlorowodorek kreatyny stanowi największą część **CreaCore®** i pełni w nim kluczową rolę, zwiększa wydolność fizyczną w przypadku następujących po sobie krótkich, bardzo intensywnych ćwiczeń fizycznych.

Jabłczan dikreatyny to forma kreatyny sprzężona z kwasem jabłkowym w proporcji 2 cząsteczki kreatyny na jedną cząsteczkę kwasu jabłkowego. W porównaniu z tradycyjnym monohydratem, jabłczan kreatyny charakteryzuje się lepszą rozpuszczalnością, a dodatkowo dostarcza do organizmu cząsteczkę kwasu jabłkowego, który jest substratem w przemianach cyklu Krebsa prowadzących do wytworzenia energii w komórkach organizmu. Cykl ten pokrótce jest kluczowym obok glikolizy szlakiem metabolicznym organizmu, w którym wytwarzana jest wysokoenergetyczna cząsteczka ATP – adenozyń troj fosforanu, czyli ostateczny substrat energetyczny dla pracujących mięśni. Dostarczając organizmowi kwas jabłkowy wraz z kreatyną, dodajemy w prostej linii mięśniom dodatkowe paliwo, które bez dodatkowych przemian może stanowić substrat do wytworzenia niezbędnej dla pracujących mięśni energii.

Alfaketoglutaran kreatyny to połączenie cząsteczki kreatyny z pośrednią cząsteczką cyklu Krebsa - alfaketoglutaranem. W konsekwencji fuzja ta zwiększa „energetyczność” związku oraz poprawia możliwości absorpcyjne kreatyny w organizmie. Alfaketoglutaran tzw.: AKG podobnie do kwasu jabłkowego jest donorem energii. Z uwagi na doskonałą rozpuszczalność w wodzie, bardzo szybko dociera do mięśni gdzie zostaje spożytkowany. Ponadto wykazuje podobną odporność na kwaśne środowisko żołądka jak chlorowodorek kreatyny, nie przekształcając się w nieaktywną kreatyninę. Nie wymaga fazy ładowania.

Beta-alanina jako CarnoSyn® to opatentowany cząsteczka beta-alaniny. Aminokwasy w naturalnych warunkach występują powszechnie w formie alfa-aminokwasów, ale suplementacja beta-alaniną ze względu na jej właściwości wydaje się być właściwa i pożądana. Beta-alanina odgrywa w organizmie istotną rolę w regulacji ilości obecnej karnozyny – substancji neutralizującej obecność w mięśniach kwasu mlekowego powstałego na skutek intensywnego treningu[1]. Beta-alanina jest wewnątrzkomórkowym buforem, który ma zdolność buforowania jonów wodorowych (stabilizacji pH mięśniowego), których donorem jest wspomniany kwas mlekowy. Jony wodorowe blokują możliwość dalszej pracy mięśni poprzecznie prążkowanych, poprzez upośledzenie komunikacji układu nerwowego z tkanką mięśniową, co w konsekwencji prowadzi do załamania procesu efektywnego skurczu mięśniowego. Okres aktywnego półtrwania beta-alaniny jest bardzo długi i wynosi ok. 40 dni, zatem możliwości jej koncentracji w mięśniach zależą nie tyle od samej spożywanej ilości, ale od czasu jej stosowania. Według badań przyjmowanie beta-alaniny przez okres ok. 10 tygodni zwiększa koncentrację karnozyny w mięśniach do 80%. Co to oznacza dla sportowca? Zwiększając koncentrację karnozyny w mięśniach typu drugiego (FTa, FTb – włókna podatne na rozrost masy) za pomocą suplementacji **CreaCore®**, zwiększa się możliwość włókien mięśniowych do wchłaniania większej ilości jonów wodorowych H+ powstałych w wyniku wytworzenia kwasu mlekowego, zatem zapewniony zostaje optymalny poziom pH.

Możesz ciężiej i dłużej trenować, a stosując zbilansowaną dietę białkową osiągniesz większe przyrosty masy mięśniowej.

[1] Baguet A. et al. Carnosine loading and washout in human skeletal muscle. *J Appl Physiol.* 2009. And Harris RC. et al. The absorption of orally supplied beta-alanine and its effect on muscle carnosine synthesis in human vastus lateralis. *Amino Acids*, 2006.

Kozieradka pospolita, roślinna dodana do celu zwiększenia stanu anabolicznego organizmu. Saponiny sterydowe kozieradki są prekursorami w syntezie hormonów o działaniu anabolicznym, ponadto zwiększają retencję azotu w ustroju, co pobudza syntezę białek. Ważnym składnikiem kozieradki dostarczającym w produkcie **CreaCore®** jest jej czynny związek: 4-hydroksy-izoleucyna. Substancja podobna w działaniu do insuliny - obniżająca poziom cukru we krwi. Insulina mimetyczne właściwości kozieradki dosłownie wtłaczają składniki aktywne takie jak aminokwasy, niezbędne dla rozbudowy komórek mięśniowych z krwioobiegu do tkanki mięśniowej.

Porcja: Czubata miarka: 7 g

Ilość porcji w opakowaniu: 50

Zawartość: 350g

Chlorowodorek kreatyny	3000 mg
Jabłczan dikreatyny	1500 mg
Alfaketoglutaran kreatyny	500 mg
Beta-alanina (CarnoSyn®)	1000 mg
Kozieradka pospolita Trigonella foenum- graecum L.	200 mg

Zalecane spożycie:

Zmieszaj 1 czubatą miarkę proszku (7 g) ze 150 ml wody. Pij jedną porcję przed treningiem.

Suplement diety nie może być stosowany jako substytut (zamiennik) zróżnicowanej diety.

CarnoSyn® is registered trademark of Natural Alternatives International, Inc.

Składniki: Chlorowodorek kreatyny, jabłczan dikreatyny, beta-alanina (CarnoSyn®), aromat wiśniowy, alfaketoglutaran kreatyny, kozieradka pospolita Trigonella foenum-graecum L., substancja słodząca (sukraloza), barwnik (azorubina może wywierać szkodliwy wpływ na aktywność i skupienie uwagi u dzieci).

Uwagi:

Zawiera substancję słodzącą. Nie spożywać w przypadku uczulenia na którykolwiek składnik produktu. Produkt może spowodować wzrost masy ciała. Produkt nie może być spożywany przez kobiety w ciąży i kobiety karmiące. Przechowywać w suchym, chłodnym miejscu, niedostępnym dla dzieci. Chronić przed bezpośrednim nasłonecznieniem.

Produkt posiada dodatkowe opcje:

Smak : naturalny , wiśnia