

Link do produktu: <https://www.champions-supleshop.pl/fitness-authority-xtreme-3r-1000-gram-2x500-gram-p-1417.html>

FITNESS AUTHORITY Xtreme 3R 1000 gram (2x500 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.

XTREME 3R® został zaprojektowany dla sportowców i kulturystów jako suplement przyspieszający rekuperację po treningu oparty na założeniu, że czas regeneracji można skrócić, ograniczając skalę uszkodzeń jakich doświadczają mięśnie podczas treningu. Innymi słowy, stwierdzono, że stopień uszkodzenia mięśni po treningu może być modyfikowany przy użyciu glutaminy i BCAA. Wynikiem jest optymalna regeneracja, jednak zależne to jest od idealnego rozłożenia porcji aminokwasów w czasie oraz ich proporcji względem siebie.

Intensywny trening siłowy wywołuje zwiększone zapotrzebowanie metaboliczne na białko – nawet do 300% większe w porównaniu do poziomu bazowego.

Przerzucanie żelazta na siłowni podobnie jak inne formy intensywnego treningu są dla organizmu wydarzeniami katabolicznymi. Intensywny trening obniża poziom azotu, podnosi poziom kortyzolu, adrenaliny i glukagonu. Jest to zjawisko normalne i potrzebne, ale w swej naturze kataboliczne i znacznie obniża poziom azotu. Spożywanie aminokwasów rozgałęzionych i glutaminy w czasie, gdy organizm jest narażony na stres wywołany treningiem może pomóc w utrzymaniu suchej masy mięśniowej. Poprzez bezpośrednie podawanie glutaminy i aminokwasów rozgałęzionych w czasie intensywnego treningu zarówno sygnalizacja jak i ilość rozbitych tkanek mięśni szkieletowych jest optymalizowana, co oznacza zminimalizowanie ilości mikrouszkodzeń włókien mięśniowych. To drugie następuje zwłaszcza, gdy **XTREME 3R®** spożywany jest pomiędzy seriami w pierwszej połowie treningu. Glutamina podawana w trakcie treningu podnosi poziom glutaminy we krwi, co może zapobiegać przedwczesnemu uwalnianiu glutaminy z mięśni szkieletowych do krwiobiegu.

Naukowcy z FA ENGINEERED NUTRITION twierdzą, że podawanie dużych ilości zarówno glutaminy jak i BCAA podczas intensywnych treningów i okresów, gdy mięśnie znajdują się w stanie stresu, sprzyja utrzymaniu optymalnego poziomu azotu i poprawia regenerację w trakcie i po treningu.

XTREME 3R® to prawdopodobnie jedyny suplement poprawiający działanie wszystkich trzech etapów metabolizmu energii: szlaku ATP / CP, szlaku glikolitycznego i szlaku utleniającego. Nic dziwnego, więc, że **XTREME 3R®** poprawia wydolność treningową także w fazie tlenowej.

FA ENGINEERED NUTRITION zaleca wszystkim ciężko trenującym sportowcom spożywanie dawki 0,2 grama na funt masy ciała. oznacza to, że przy wadze około 90 kg należy przyjąć 40 gramów suplementu. Jedna metoda polega na wypiciu całej porcji podczas treningu między seriami. Inna, polega na wypiciu jednej połowy dawki przed treningiem, a drugiej natychmiast po jego zakończeniu. **XTREME 3R®** powinno się spożywać codziennie!

Kulturyści przygotowujący się do zawodów oraz osoby będące na diecie powinny przyjmować dwie porcje dziennie zaczynając na 8 – 12 tygodni przed zawodami tak by zabezpieczyć się przed utratą masy mięśniowej w związku z niedoborem kalorycznym. BCAA sprzyja utrzymywaniu suchej masy mięśniowej podczas okresów niedoboru kalorii.

Skład:

Porcja: 1 miarka (20g)
Opakowanie: 500g, 1000g
Ilość porcji w opakowaniu: 25, 50

	20g (%RDA)	100g (%RDA)
Wartość odżywcza	297 kJ/50 kcal	1487 kJ/350 kcal
Wartość energetyczna		
Białko	17,5 g	87,5 g
Węglowodany	0 g	0 g
Tłuszcz	0 g	0 g
Niacyna	10 mg (62,5% RDA)	50 mg
Witamina B6	2 mg (142% RDA)	10 mg
Witamina B12	2 µg (80% RDA)	10 µg
Wapń	200 mg (25% RDA)	1000 mg
Chlorek	200 mg (25% RDA)	1000 mg
Potas	300 mg (15% RDA)	1500 mg
BCAA Complex (2:1:1)	5 g	25 g
Leucyna	2,5 g	12,5 g

Izoleucyna	1,25 g	6,25 g
Walina	1,25 g	6,25 g
EAA Complex	3 g	15 g
Lizyna	0,5 g	2,5 g
Arginina	0,5 g	2,5 g
Histydyna	0,5 g	2,5 g
Treonina	0,5 g	2,5 g
Metionina	0,5 g	2,5 g
Fenylalanina	0,5 g	2,5 g
GL3 Complex	5 g	25 g
L-Glutamina	2,0 g	10 g
Alfa ketoglutaran glutaminy	1,5 g	7,5 g
Jabłczan glutaminy	1,5g	7,5 g
Endurance Complex	4,5 g	22,5 g
Beta-Alanina	1,5 g	7,5 g
Tauryna	1,0 g	5 g
Jabłczan cytruliny	1,0 g	5 g
Alfa-ketoglutaran argininy	1,0 g	5 g

Składniki:

Glukonian potasu, L-leucyna, L-glutamina, alfa-ketoglutaran glutaminy, jabłczan glutaminy, beta alanina, L-izoleucyna, L-walina, tauryna, jabłczan cytruliny, alfa-ketoglutaran argininy, naturalne i sztuczne aromaty, L-lizyna, L-arginina, L-histydyna, L-treonina, L-metionina, L-fenylalanina, węglan wapnia, chlorek sodu, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), amid kwasu nikotynowego, substancja przeciw zbrylająca (dwutlenek krzemu), barwniki (E163, E120), substancje słodzące (acesulfam K, sukraloza), chlorowodorek pirydoksyny, metylokobalamina.

Zalecany sposób spożycia:

Miarkę produktu zmieszać z 250-500 ml wody. Spożywać 1 porcję przed, w trakcie oraz po treningu. Nie przekraczać zalecanej do spożycia dziennej porcji produktu. Suplement diety nie może być spożywane jako substytut (zamiennik) zróżnicowanej diety.

Uwagi:

Nie stosować w przypadku uczulenia na którykolwiek ze składników produktu. Przechowywać w miejscu niedostępnym dla małych dzieci. Przechowywać w temperaturze pokojowej, w zamkniętym opakowaniu, w suchym miejscu.