

Link do produktu: <https://www.champions-supleshop.pl/universal-creatine-120-gram-p-3652.html>

UNIVERSAL Creatine 120 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.

Universal Creatine Powder to **kreatyna najwyższej jakości** oraz **gwarancji czystości** składu (certyfikat **CreaPure**). Kupując tego typu produkt warto wybierać produkty sprawdzone renomowanych producentów – takie jak ten. Nie pozwól by cokolwiek ograniczało Twoje przyrosty tkanki mięśniowej! Jest to także znakomity wybór by przełamać doskwierającą Ci stagnację.

Kreatyna jest organicznym związkiem chemicznym, powstającym w procesie przemiany materii. Występuje głównie w komórkach mięśniowych.

Pod wpływem enzymu (kinaza kreatynowa) przekształca się w fosfokreatynę, która umożliwia szybsze odbudowywanie **ATP** (rozpad wysokoenergetycznych wiązań ATP dostarcza energii do maksymalnych, krótkotrwałych skurczów mięśniowych). Wspomaga syntezę białek, poprawia zdolności wysiłkowe organizmu.

ATP (trifosforan adenozyne) jest Źródłem energii dla wszystkich skurczów mięśni (budowanie mięśni). Energia jest wytwarzana, gdy ATP uwalnia swoje grupy fosforanowe (ATP staje się wówczas ADP). Kreatyna zwraca fosforan z powrotem do ADP, powodując odnowienie ATP i tym samym przywracając zasoby ATP.

ZAŁECANE SPOŻYCIE:

- **Dzień Treningowy:**
1 porcję przed treningiem i 1 porcję po treningu
- **Dzień Nietreningowy:**
1 porcję rano na czczo i 1 porcję po południu