

01 Nahrungsergänzungsmittel mit Kreatin, Zutaten: Kreatin-monohydrat (100% Creapure®). **Verzehrempfehlung:** Bei intensiver körperlicher Betätigung 4 Wochen täglich 3,4 g Pulver (1 getrichener Messlöffel) mit ausreichend Flüssigkeit verzehren, danach 4 Wochen Pause einlegen. **Hinweise:** Kreatin eignet sich nicht für eine Langzeiteinnahme, für Kinder und Jugendliche, sowie für Personen mit Nierendysfunktion. Bei regelmäßiger Zufuhr kann es zu einer Gewichtszunahme kommen. Angegebene Tagesdosis nicht überschreiten. **Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern.** Dieses Produkt ist kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Nicht geeignet für kleine Kinder und Jugendliche sowie für schwangere oder stillende Frauen, Mütter und hochaltrige Personen.

02 Food supplement with creatine, Ingredients: creatine monohydrate (100% Creapure®). **Recommendation:** During intense physical exercise take 4 weeks 3.4 g powder (1 level measuring spoon) per day with plenty of liquid. Then stop for 4 weeks. **Warnings:** Creatine is not suitable for long term consumption, for children and adolescents, and for persons with renal dysfunction. Regular consumption can lead to weight gain. Do not exceed the recommended daily dose. Keep out of reach of small children. This product is no substitute for a balanced and varied diet and a healthy lifestyle. Product not recommended for pregnant or lactating women. Store in a cool and dry place.

03 Complément alimentaire d'apport en créatine, Ingrédients : créatine monohydrate (100% Creapure®). **Conseils d'utilisation :** 3,4 g de poudre (1 dosette rase) par jour avec un grand verre d'eau, pendant une activité physique intensive. Puis arrêter pendant 4 semaines. **Précautions d'emploi :** la créatine est déconseillée en utilisation permanente, aux enfants et adolescents, ainsi qu'aux personnes souffrant d'insuffisance rénale. Une consommation régulière peut entraîner une prise de poids. Ne pas dépasser la dose journalière recommandée. Tenir hors de portée des jeunes enfants. Les compléments alimentaires ne peuvent se substituer à une alimentation variée et équilibrée et un mode de vie sain. Ne convient pas aux femmes enceintes ou allaitées. Conserver au sec et au frais.

04 Integratore alimentare con creatina, Ingredienti: creatina monohidrata (100% Creapure®). **Consigli d'uso:** Prendere 4 settimane 3,4 g di polvere (1 misurino raso) al giorno con abbondante liquido durante un'intensa attività fisica. Poi fermarsi per 4 settimane. **Avvertenze:** creatina non è adatta per il consumo a lungo termine e per i bambini/adolescenti. Con l'assunzione regolare può portare a un aumento di peso. Il prodotto è controindicato nel caso di patologia renale, in gravidanza e al di sotto dei 12 anni. Non eccedere le dosi giornaliere raccomandate. Tenere il prodotto lontano dalla portata dei bambini. Questo prodotto non è un sostituto di una dieta variata ed equilibrata e di uno stile di vita sano. Non utilizzare in gravidanza e l'allattamento e nei bambini, o comunque per periodi prolungati senza sentire il parere del medico. Conservare in un luogo fresco e secco.

Nährwertkennzeichnung/ Nutrition Information Information nutritionnelle/ Informazioni Nutrizionali

Kreatin/Creatine/Créatine/Creatina

Pro/per/par Tagesportion/ Daily portion/ Portion journalière/Dose giornaliera 3,4 g Pulver/powder/de poudre/de polvere*

3,0 g

* Durchschnittlicher Wert/average value / Analyse moyenne/analisi media

05 Kreatin erhöht die körperliche Leistung bei Schnellschulung im Rahmen kurzzeitiger intensiver körperlicher Betätigung. Die positive Wirkung stellt sich bei einer täglichen Aufnahme von 3 g Kreatin (3,4 g Pulver) ein.

06 Creatine increases physical performance for athletes in high intensity exercise. The beneficial effect is obtained with a daily intake of 3 g of creatine (3,4 g powder).

07 La creatine améliore les capacités physiques chez l'athlète lors de séries successives d'efforts de haute intensité de courte durée. L'effet bénéfique est obtenu pour 3 g de créatine par jour (3,4 g de poudre).

08 La creatina aumenta la performance fisica durante sforzi intensi e di breve durata. L'effetto benefico si ottiene con 3 g di creatina al giorno (3,4 g di polvere).

Lot/ Ungeöffnet mindestens halbjähr bis Ende: siehe Dosenboden.
Lot/ Unopened best before end: see bottom.

Lot/ Non ouvert, à consommer de préférence avant fin : voir sous la boîte.
Lot/ La confezione integra e da consumarsi preferibilmente entro fine: vedi fondo della confezione.

Inhalt: Pulver
Net weight: Powder
Poids net: de Poudre
Peso netto: di Polvere

Portionen
Servings
Porzioni

425 g e 125



200701



Bausilber PAP 71 Carlo
Stiglio ALL di Alluminio e metallo
Tegolo S. Martino PP 5 Plastica
→ Reciclabile Differenziata

NUTRICHEM GMBH • PHARMA GAMBI, 91054 Roth, Deutschland

CSB CSB INNO GmbH, btl, Auftragszentrum

Am Esplan 1-3, D-91054 Roth

CSB Schöcher AG, Grünengraben 19, D-94416 Rutenhof

CSB INNO Italia S.r.l., Via Verga 6/8, I-57017 Stagno (LI)



MADE
IN
GERMANY

CREATINE POWDER

100 % PURE CREATINE MONOHYDRATE



Premium
Quality
SINCE 1992