

BIOGENA SPORTS - Creatine Sticks



La creatina puede mejorar su rendimiento físico durante el entrenamiento de fuerza a alta velocidad como parte de un esfuerzo físico intenso a corto plazo. El efecto se consigue con sólo 3 g al día, para su máxima potencia y rendimiento en el deporte.

La creatina puede proporcionarle un apoyo ideal, especialmente en deportes explosivos como el sprint, el levantamiento de pesas o el entrenamiento de saltos.

Los sticks de creatina sin sabor están hechos para usted, independientemente de si le gusta hacer sus entrenamientos de alta intensidad en entrenamiento con pesas o deportes de resistencia. Gracias a su práctica forma en stick, simplemente disuélvelo en agua y disfrútalo directamente antes o después de tu entrenamiento - ¡tu compañero de entrenamiento para todas partes! También es ideal como extra para su batido de proteínas.

Cada stick le proporciona la dosis diaria óptima de 3 g de creatina de alta calidad. El contenido del stick puede disolverse simplemente en agua o añadirse opcionalmente a su batido de proteínas, ya sea antes o después de su entrenamiento.

Especialmente interesante para quienes siguen una dieta vegetariana o vegana: La creatina se encuentra principalmente en productos animales como la carne y el pescado. Por lo tanto, una suplementación específica puede ayudar a aumentar las reservas de creatina de su cuerpo y aprovechar los beneficios potenciales para su entrenamiento.

- *3 g de creatina al día aumentan el rendimiento físico durante el entrenamiento de fuerza a alta velocidad como parte de una actividad física intensiva de corta duración.

Posibles aplicaciones:

- para mejorar el rendimiento físico o atlético
- para la actividad física intensiva de corta duración en forma de entrenamiento de fuerza de alta velocidad, como el sprint o el levantamiento de pesas
- La creatina aumenta el rendimiento físico durante el entrenamiento de fuerza a alta velocidad como parte de una actividad física intensiva de corta duración. El efecto positivo se consigue con una ingesta diaria de 3 g de creatina.

Biogena GmbH & Co KG
Strubergasse 24, A-5020 Salzburg, biogena.com

Part of the
Biogena Group 

Línea informativa gratuita de Austria: T +43 662 23 11 11, info@biogena.com

Línea informativa de Alemania, Italia e internacional: T +49 8654 774 00-0, deutschland@biogena.com,
italien@biogena.com, worldwide@biogena.com

Línea informativa de Suiza: T +41 43 215 20 59, schweiz@biogena.com

Solicitudes en línea: biogena.com



BIOGENA
WELCOME TO YOURSELF

Micronutrientes biodisponibles en estado puro

- Según el principio de la sustancia pura
- Sin gluten
- Sin lactosa
- Sin fructosa
- Hipoalergénico
- 100 % vegano
- Calidad probada

INGREDIENTES por dosis diaria	1 palos	% VNR*
Kreatin-Monohydrat	3.4 g	-
<i>de ahí Kreatin</i>	3 g	

* % DE LOS VALORES DE REFERENCIA SEGÚN EL REGLAMENTO UE 1169/2011.

INGREDIENTES

Creatina monohidrato

RECOMENDACIÓN

Diariamente, preferiblemente inmediatamente antes o después del entrenamiento, disolver el contenido de un stick (3,4 g) en abundante agua (aprox. 250-300 ml) y beber.

ADVERTENCIA

Complemento alimenticio según la Directiva de la UE 2002/46/CE

TAMAÑO Y CONTENIDO DEL PAQUETE

60 porciones de 3,4 g cada una (envase para 2 meses), 190 g

Complemento alimenticio: No superar la ingesta diaria recomendada. Adecuado para adultos que realizan una actividad física intensa. No sustituye a una dieta equilibrada y variada ni a un estilo de vida saludable. Conservar a temperatura ambiente, en un lugar seco y oscuro. Proteger de fuentes de calor. Mantener alejado del alcance de los niños. Apropiado para diabéticos. La información presentada no promete curación y no debe ser considerada como invitación a la automedicación. Reservado el derecho a erratas y errores gramaticales. Versión: 07.03.2025



Biogena GmbH & Co KG
Strubergasse 24, A-5020 Salzburg, biogena.com

Part of the
Biogena Group

Línea informativa gratuita de Austria: T +43 662 23 11 11, info@biogena.com
Línea informativa de Alemania, Italia e internacional: T +49 8654 774 00-0, deutschland@biogena.com, italien@biogena.com, worldwide@biogena.com
Línea informativa de Suiza: T +41 43 215 20 59, schweiz@biogena.com

Solicitudes en línea: biogena.com



BIOGENA
WELCOME TO YOURSELF