

## Basica® Sport

### Verzehrempfehlung

2 bis 4 Portionen pro Tag.

- Zum Auftanken der Energiespeicher vor dem Sport trinken.
- Während des Sports in regelmäßigen Abständen trinken, um die Leistungsfähigkeit zu erhalten.
- Zur schnellen Regeneration auch nach dem Sport trinken.

	100 g		1 Portion** 30 g in 500 ml	
Energie	1544 kJ	363 kcal	463 kJ	109 kcal
Fett	0 g	–	0 g	–
davon gesättigte Fettsäuren	0 g	–	0 g	–
Kohlenhydrate	82 g	–	25 g	–
davon Zucker	30 g	–	9,0 g	–
Eiweiß	0 g	–	0 g	–
Salz	3,1 g	–	0,94 g	–
Vitamin C	333 mg	416%*	100 mg	125%*
Vitamin B2	6,7 mg	479%*	2,0 mg	143%*
Natrium	1250 mg	–	375 mg	–
Kalium	667 mg	33%*	200 mg	10%*
Calcium	333 mg	42%*	100 mg	13%*
Magnesium	200 mg	53%*	60 mg	16%*
Eisen	8,3 mg	59%*	2,5 mg	18%*
Zink	8,3 mg	83%*	2,5 mg	25%*
Kupfer	1,7 mg	170%*	0,5 mg	50%*
Molybdän	83 µg	166%*	25 µg	50%*
Chrom	67 µg	168%*	20 µg	50%*
Selen	50 µg	167%*	15 µg	27%*

\* % NRV = prozentualer Anteil vom Referenzwert für die tägliche Zufuhr

\*\* 240 g entsprechen 8 Portionen / 660 g entsprechen 22 Portionen

### Zutaten

Maltodextrin, Saccharose, Säuerungsmittel Zitronensäure, Natriumcitrat, Kaliumcitrat, Magnesiumcitrat, Calciumcarbonat, Ascorbinsäure, Aroma, Eisencitrat, Zinkcitrat, Selenhefe, Riboflavin, Kupfercitrat, Chromchlorid, Natriummolybdat

# Die Basica® Sport 3-fach Energie

**Vor dem Sport:**  
Energiespeicher volltanken!

**Während des Sports:**  
Energie nachtanken!

**Nach dem Sport:**  
Kraft auftanken!

Die besondere Formulierung von Basica® Sport liefert vor, während und nach dem Sport wichtige leistungsrelevante Nährstoffe in einem einzigen Sportgetränk:

- Basica® Sport füllt die körpereigenen Energiespeicher vor dem Sport auf und verleiht Ausdauer und Energie über die gesamte Leistungsphase.
- Nach dem Sport beschleunigt Basica® Sport die Regeneration mit basischen Mineralstoffen, die einer Übersäuerung entgegenwirken.



### Basica® Sport

- ein schnell lösliches Trinkpulver
- mit frischem Citrusgeschmack
- ergibt eine hypotone Kohlenhydrat-Elektrolytlösung mit Mineralstoffen und Vitaminen

## Fragen oder Anregungen?

Unter [www.basica-sport.de](http://www.basica-sport.de) finden Sie umfangreiche Informationen zum Thema Sport.

Wissenswertes zum Thema Säure-Basen-Ausgleich finden Sie unter [www.basica.de](http://www.basica.de).

Unser Beratungsdienst hilft Ihnen gerne persönlich weiter.



PROTINA

Protina Pharm. GmbH  
D-85737 Ismaning

### Info-Service

Tel.: +49 (0) 89-99 65 53-0  
Fax: +49 (0) 89-96 34 46  
[www.basica.de](http://www.basica.de)  
[info@basica.de](mailto:info@basica.de)

Basica® Sport erhalten Sie exklusiv in Ihrer Apotheke.

Apothekenstempel

907070-1532179/07-2016  
© 2016 Protina Pharm. GmbH.  
Alle Rechte vorbehalten.



# Die Basica® Sport 3-fach Energie

**Vor dem Sport:**  
Energiespeicher volltanken!

**Während des Sports:**  
Energie nachtanken!

**Nach dem Sport:**  
Kraft auftanken!



**Basica®  
SPORT**

[www.basica-sport.de](http://www.basica-sport.de)

# Die Basica® Sport 3-fach Energie

Sport ist ideal, um sich fit zu halten und Stress abzubauen. Wer regelmäßig Sport treibt, braucht Ausdauer in der Leistungsphase und will nach dem Sport schnell wieder regenerieren. Das Sportgetränk Basica® Sport erfüllt diese Anforderungen gleichermaßen und leistet so für den Sportler die optimale Unterstützung beim Training und im Wettkampf.



**Vor dem Sport:**  
Volltanken der körpereigenen Energiespeicher für die Vorbereitung auf die Leistungsphase.

**Während des Sports:**  
Nachtanken verbrauchter Energie für Ausdauer und volle Leistungsfähigkeit.

**Nach dem Sport:**  
Auftanken der Energiespeicher und beschleunigte Regeneration mit basischen Mineralstoffen.



## Verleiht Ausdauer und Energie über die gesamte Leistungsphase

Basica® Sport versorgt den Körper mit einer optimalen Kombination aus Kohlenhydraten und Elektrolyten. Gerade bei längerem Ausdauertraining trägt Basica® Sport zur Erhaltung der Leistung bei und verbessert die Flüssigkeitsaufnahme.

Kohlenhydrate in Form von Saccharose werden vom Körper rasch aufgenommen und stehen dem Muskel schnell zur Verfügung. Damit werden vor dem Sport die körpereigenen Energiespeicher aufgefüllt. Maltodextrin wird langsamer aufgenommen und sorgt für eine gleichmäßige Energiezufuhr ohne Blutzuckerspitzen. So trägt Basica® Sport zur Energieversorgung der Muskeln, des Gehirns und der Nerven während des Sports bei.

Die Elektrolyte in Basica® Sport gleichen Verluste durch das Schwitzen bereits während des Sports aus. Darüber hinaus unterstützen Calcium, Kupfer und Vitamin B2 den Energiestoffwechsel. So hat der Sportler Ausdauer und Energie über die gesamte Leistungsphase.



## Beschleunigt die Regeneration nach dem Sport

Der Sportler verliert durch das Schwitzen Flüssigkeit und Mineralstoffe. Gleichzeitig wird durch die körperliche Anstrengung im Stoffwechsel und in den Muskeln vermehrt Säure gebildet. Die Folgen sind nachlassende Kräfte und Muskelverspannungen, wodurch die Verletzungsgefahr ansteigen kann.

Deshalb ist, vor allem nach intensivem Training, die Zufuhr von Kohlenhydraten\* und Mineralstoffen für die Regeneration der Muskulatur besonders wichtig: Basica® Sport liefert basische Mineralstoffe, die einer Belastungs-Übersäuerung entgegenwirken. Zink ist an der Regulierung des Säure-Basen-Gleichgewichts beteiligt, Magnesium und Kalium unterstützen die gesunde Muskelfunktion. Zudem tragen Vitamin C und Selen zu einer normalen Immunfunktion im Körper bei.

So beschleunigt Basica® Sport die Regeneration nach dem Sport und schafft optimale Voraussetzungen für die nächste Leistungsphase.

*\*In den ersten 4–6 Stunden nach dem Training sollte auf eine Gesamtzufuhr von 4 g pro Kilo Körpergewicht geachtet werden.*

