



Nome del prodotto : Energybio



Ingredienti : Maltodestrina, Destrosio, Fruttosio, Hydrolysato di Proteina di Lactosio, aromi, Citrato Trisodico, Citrato Trpotassico, Fosfato Tricalcidico, Acérola, Sale, Magnesio, Zinco, Sodio, Manganese, Rame, Vitamina C, Vitamina E, Vitamina B6, Vitamina B1.

Modalità d'uso : Diluire 2 a 4 dosi per litro di acqua. Utilizzate di preferenza Bidon dosatore "NATUREBIO Sport".

Confezione : 500 gr

Descrizione

L'organismo ha dunque bisogno di apporti nutrizionali che normalmente non sono inclusi nella corrente alimentazione:

- Il fabbisogno di energia richiesto da qualsiasi sforzo fisico si compone principalmente di carboidrati raggruppati in due famiglie: i carboidrati ad alto indice glicemico (glucosio, maltosio, saccarosio) che consentono un apporto energetico molto veloce, e carboidrati a indici glicemici bassi o medi (pasta, riso) che forniscono un'energia progressiva e sostenibile nel tempo.

L'utilizzo congiunto di **Maltodestrina** e **Fruttosio** ottimizza l'assunzione dei glucidi. In effetti, questi due carboidrati non utilizzano gli stessi vettori.



- La necessità di minerali è essenziale. Il **Potassio** e il **Sodio** compensano le perdite attraverso il sudore e le urine generate dall'esercizio e dette perdite possono se non compensate causare disagio: con il calcio e il magnesio aiutano all'uniformità corretta della funzione muscolare.
- La necessità di micro-nutrienti. Le **Vitamine C e E**, più **Selenio, Zinco, Rame, Manganese** hanno una funzione antiossidante neutralizzando i radicali liberi generati dallo sforzo sportivo che possono causare lesioni (distorsioni, tendiniti, o successivi problemi cardiovascolari o problemi alle ossa). Le **Vitamine B1 e B6** sono necessarie quali apporti energetici.
- L'apporto di **Proteine**, benché la richiesta sia variabile in funzione del tipo di sport praticato (gli sport di forza ne richiedono di più degli sport di durata), permette di compensare ed apportare energia ai muscoli.

Dopo uno sforzo, i muscoli hanno bisogno di una grande quantità di acidi amminici.

Durante e dopo lo sforzo fisico, per evitare i problemi generati da una pratica sportiva, per un funzionamento ottimale dell'organismo ENERGYBIO

apporta i nutrienti direttamente assimilabili.

*Al di fuori degli impegni d'esercizio fisico, è comunque necessario un supporto lipidico. A tal fine, è necessario apportare all'organismo acidi grassi essenziali che sono contenuti in **OMEGABIO 3** e **OMEGABIO 6**.*