

Link do produktu: <https://www.titanium-odzywki.pl/universal-nutrition-creatine-300g-p-1722.html>



## Universal Nutrition Creatine 300g

|                  |                              |
|------------------|------------------------------|
| Cena             | <b>39,00 zł</b>              |
| Dostępność       | <b>aktualnie niedostępny</b> |
| Numer katalogowy | <b>039442047007</b>          |
| Kod EAN          | <b>039442047007</b>          |
| Producent        | <b>Universal Nutrition</b>   |

### Opis produktu

**Universal Creatine Monohydrate 300g** - najwyższej jakości monohydrat kreatyny od renomowanego amerykańskiego producenta odżywek i suplementów. **Kikronizowana kreatyna** zawarta w produkcie zapewnia lepsze wchłanianie i większą efektywność działania w ramach gospodarki wodno-elektrolitowej. **Universal Creatine** magazynuje większe zapasy glikogenu, co powoduje przyrosty siły mięśni, większa ich aktywność i skraca czas regeneracji. Wyraźnie przyczynia się do przyrostów masy mięśniowej.



**Zalecany sposób użycia Universal Creatine Monohydrate:** Porcję 5 gramów proszku (łyżeczka od herbaty) wymieszać najlepiej z sokiem winogronowym, ewentualnie innym owocowym lub wodą (nie należy mieszać z mlekiem). Podczas pierwszej suplementacji można przez pierwsze 5 dni spożywać 4 oddzielne porcje - łącznie 20 g kreatyny (4 x 5 g). Przez kolejne 5 tygodni można stosować dawkę dzienną 1 x 5 g, albo 2 x 5 g (w dni treningowe). Najlepsze pory na przyjęcie dawki (5 g) **Universal Creatine** to rano na czczo, przed treningiem, bezpośrednio po treningu. Podczas cyklu należy pić przynajmniej 3 litry wody dziennie oraz unikać tłustych posiłków zaraz po lub zaraz przed spożyciem porcji kreatyny.

Opakowanie **Universal Creatine Powder 300 gramów** to 60 porcji.

Kopiowanie oraz rozpowszechnianie opisów jest zabronione przez Sklep TITANIUM SPORT © 2012. Ustawa z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych (Dz. U. z 2006 r. Nr 90, poz. 631 z późn. zm.)