SPORT ALS ENERGIE-BOOSTER

MIT DEM RICHTIGEN MIX AN MIKRONÄHRSTOFFEN ZU MEHR LEISTUNG.

Text: **Mag. Andreas Gruber,** Pharmazeut und Produktentwickler

„Eine bessere Versorgung mit Mikronährstoffen erhöht die Leistungsfähigkeit."

Sport bzw. regelmäßige Bewegung hält gesund und übt einen positiven Effekt auf Körper und Geist aus. Für viele ist das Abtasten körperlicher Leistungsgrenzen auch pure Leidenschaft. Besonders Ausdauersport stärkt das Herz-Kreislauf-System. Dafür benötigt werden aber ausreichend Energie und Regenerationszeit, eine starke Muskulatur sowie gesunde Gelenke und Knochen. Worauf es ankommt und wie man den Körper dabei am besten unterstützt: Hier sind die Fakten und hilfreiche Tipps.

KRAFTSTOFF FÜR DEN KÖRPER

Bei sportlichen Aktivitäten verbraucht der Körper mehr Energie und Flüssigkeit, was u.a. durch Schwitzen auch zum Verlust von zahlreichen Mineralstoffen führt. Je intensiver die Sporteinheit, desto größer der Anspruch an den Stoffwechsel. Schnell wird klar: Die körperliche Leistungsfähigkeit funktioniert besser, wenn dem Körper alle notwendigen Nährstoffe zur Verfügung stehen. Kohlenhydrate, Eiweiß und Fett sind die Energieträger, die Muskeln der Motor. Wasser, Vitamine und Mikronährstoffe sorgen schließlich für einen reibungslosen Ablauf der Energiebereitstellung.

BRAUCHEN SPORTLER MEHR MIKRONÄHRSTOFFE?

Ein klares Ja. Der Vitaminverbrauch erhöht sich beim Ausdauersport um das 1,5 bis 5fache. Der erhöhte Mikronährstoffbedarf kann nicht immer über die Nahrung abgedeckt werden, weshalb man heute auf hochwertige Nahrungsergänzungsmittel setzt. Dies ist für Sportler sogar wünschenswert, vor allem im Hinblick auf Prävention.

Mikronährstoffe ermöglichen, dass Muskeln aus Kohlenhydraten Energie produzieren. Eine entscheidende Rolle spielt dies vor allem in der Leistungsphase. Neben der Energiegewinnung unterstützen Mikronährstoffe den Körper vor allem beim Muskelaufbau und der Regeneration. Vitalstoffe steuern Muskelkontraktion, Herzmuskelfunktion, Nervenreizweiterleitung sowie das Säure-Basen-Gleichgewicht. Für intensive Sporteinheiten aber auch bei Ausdauersportlern heißt das, dass nicht nur der Bedarf an Kalorienträgern steigt, sondern auch an Mikronährstoffen.

WELCHE MIKRONÄHRSTOFFE HABEN WELCHE FUNKTION IM STOFFWECHSEL?

Verbesserung der Energieleistung jeder einzelnen Zelle

B-Vitamine sind für die Energieproduktion aus Kohlenhydraten essentiell. Auch Coenzym Q10, Magnesium und Alpha-Liponsäure spielen für die Energiegewinnung eine relevante Rolle. Chrom unterstützt den Transport von Aminosäuren in die Muskelzelle und erhöht in Verbindung mit Zink den Proteinaufbau.

Antioxidantien zur körperlichen Aktivität und Regeneration

Egal ob Hobby- oder Leistungssportler: Jede Trainingseinheit bedeutet mechanischen, energetischen und mentalen Stress. Dieser „positive" Stress ist natürlicher Bestandteil des Lebens und spornt in gewisser Weise zu Höchstleistungen an. Intensive körperliche Aktivität führt zu einem erhöhten Sauerstoffverbrauch und ist nachweislich mit der Bildung von freien Radikalen verbunden.

Die regelmäßige Zufuhr von Antioxidantien wie Vitamin C, E, Selen, Zink und Coenzym Q10 kann bei Sportlern biologische Strukturen schützen und Entzündungen verhindern. Dabei haben sich gut dosierte Kombinationspräparate bewährt.

Erhöhte Konzentration und mentale Stärke

Die Aminosäuren Tyrosin, L-Phenylalanin und Phosphatidylserin sowie der Co-Faktor S-Adenosylmethionin fördern die Produktion von Botenstoffen im Gehirn. Sie begünstigen in Kombination mit Pflanzenstoffen wie Ashwagandha, Königsbasilikum und Ginseng eine erhöhte Leistungsbereitschaft und Konzentration. Diese Rezeptur sorgt auch für einen normalen Testosteronspiegel, der wesentlich für Fokussierung und Muskelstärke ist.

Mittels spezialisierten Laboranalysen erhält man Klarheit über den persönlichen Mikronährstoffstatus und dessen Optimierung.

NORD° PHARMA
Mehr Infos und Beratung:
Mag. pharm. Andreas Gruber, office@nordpharma.at

Was zeichnet unser Produkt aus:

Sport verlangt dem Körper einiges ab – verstärktes Krafttraining und intensive Ausdauerbelastung benötigen rasch freisetzende Energie sowie wichtige Antioxidantien zur Regeneration. Egal ob beim Training oder bei sportlichen Wettkämpfen - CORTIDOR.® Sport kombiniert hochwertige Vitamine, Spurenelemente, Aminosäuren und Pflanzenextrakte. So ist man für sportliche Leistungen auf höchstem Niveau bestens gerüstet.

Inhaltsstoffe pro Tagesdosis	2 Kapseln
Vitamin A	556,67 µg
Vitamin C	66,8 mg
Vitamin D3	34 µg
Vitamin E	22,34 mg
Pantothensäure	10 mg
Chrom	24 µg
Selen	100 µg
Kupfer	334 µg
Magnesium	60,3 mg
Zink	5 mg
Basilikum Blattextrakt	50 mg
Buchweizenkeimpulver	66,8 mg
Roter Ginseng Wurzelextrakt	80 mg
davon Ginsenoside	4 mg
Süßholz Wurzelextrakt	70 mg
Withania Wurzelextrakt	70 mg
davon Withanolide	1,05 mg
(RS)-Alpha-Liponsäure	66,8 mg
Coenzym-Q10	50 mg
L-Phenylalanin	40 mg
L-Tyrosin	150 mg
L-Theanin	66,8 mg
Phosphatidylserin	66,8 mg
S-Adenosyl-Methionin	66,8 mg

VEGAN · FRUCTOSE FREI · GLUTEN FREI · LACTOSE FREI

Zutaten: Hydroxypropylmethylcellulose (vegane Kapselhülle), L-Tyrosin, S-Adenosyl-Methionin (SAM), Magnesiumoxid, Phosphatidylserin, Roter Ginseng Wurzelextrakt, Withania Wurzelextrakt, Süßholz Wurzelextrakt, Ascorbinsäure, Buchweizenkeimpulver, (RS) Alpha-Liponsäure, L-Theanin, Basilikum Blattextrakt, Coenzym Q10, d-alpha-Tocopherylacetat, L-Phenylalanin, Beta-Carotin, Natriumselenit, Zinkcitrat, Cholecalciferol, Calcium-D-Pantothenat, Chromchlorid, Füllstoff: mikrokristalline Cellulose, Kupfercitratpentahydrat

Inhalt: 50 Kapseln PZN: 5100746 / 120 Kapseln PZN: 5100781
Verzehrempfehlung: Verzehrempfehlung: 2-3 Kapseln morgens mit einem Glas Wasser einnehmen.

Unser Produkt CORTIDOR.® Sport wurde im Rahmen der Kölner Liste® auf ausgewählte Dopingsubstanzen getestet - ohne Beanstandung. Mehr Infos: www.koelnerliste.com

VON APOTHEKER:INNEN ENTWICKELT UND EMPFOHLEN · HERGESTELLT UND PRODUZIERT IN ÖSTERREICH · 100% NATÜRLICHE INHALTSSTOFFE · HÖCHSTE VERTRÄGLICHKEIT

Bestellungen und Informationen:
office@nordpharma.at
nordpharma.at