

# **EAC - Essential Amino Complex**

## Description du produit

EAC contient les 8 acides aminés essentiels et 3 acides aminés semi essentiels sous forme libres. L'utilisation d'acides aminés libres permet un profil en acides aminés ciblés pour inciter le développement ainsi que la régénération musculaire après l'effort. Comme EAC fournit tous les acides aminés nécessaires sans calories superflues, il est intéressant pour tous les sportifs s'entraînant de manière intensive et plus particulièrement dans les sports ayant des catégories de poids. Il est également approprié pendant des régimes pour le maintien de la masse musculaire.

La qualité d'une protéine est dépendante de sa teneur en acides aminés essentiels. Les aliments protéinés normaux contiennent jusqu'à plus de 50 % d'acides aminés non essentiels, lesquels doivent être éliminés sous forme d'azote, et sollicite la digestion pendant plus de 3-4 heures. EAC ne contient que les acides aminés nécessaires, ce qui réduit la quantité de protéine nécessaire de moitié et permet de minimiser l'excédent d'azote.

EAC renforce l'effet constituant musculaire et anti-catabolique des produits protéinés et de régénération, en augmentant la part en acides aminés essentiels et plus particulièrement en leucine. Une teneur plus élevée en leucine a un effet indépendant de celui de l'insuline sur la synthèse des protéines, tout en interagissant avec l'insuline, ce que renforce encore la stimulation de la constitution et la récupération de la musculature après une performance éprouvante et intensive.



## Atouts

- Tous les acides aminés essentiels et semi essentiels
- Très haute teneur en leucine (2000 mg/9 tabl.)
- BCAA total (3500 mg/9 tabl.)
- Valeur biologique maximale de 284 (selon Oser)

## Utilisation

4-5 tablettes juste avant et juste après l'effort, aussi bien seules ou en combinaison avec des produits protéinés ou de régénération, pour le renforcement de l'effet anabolique. La prise simultanée de glucides rapides (hautement glycémiques) comme le Liquid Energy améliore leur effet.



# **EAC - Essential Amino Complex**

## Ingrédients

11 acides aminés libres (L-leucine, chlorhydrate de L-lysine, L-phénylalanine, L-méthionine, L-valine, L-isoleucine, L-thréonine, L-tyrosine, L-histidine, L-tryptophane, L-cystéine), agent d'enrobage cellulose.

## Conditionnement / valeurs nutritives

Boîte de 357 g (350 tablettes)

valeurs nutritives**	par 100 g	9.2 g (9 tablettes)
énergie kJ (kcal)	1700 (400)	153 (36)
protéines	100 g	9 g
glucides	0 g	0 g
lipides	0 g	0 g

\*\*valeurs moyennes

acides aminés	par 100 g	9.2 g (9 tablettes)
L-histidine	5.0 g	463 mg
L-isoleucine	7.6 g	700 mg
L-leucine	21.8 g	2000 mg
L-lysine	10.8 g	988 mg
L-méthionine + L-tyrosine	13.3 g	1222 mg
L-phénylalanine + L-tyrosine	18.7 g	1712 mg
L-thréonine	7.4 g	683 mg
L-tryptophane	1.9 g	170 mg
L-valine	9.0 g	830 mg

valeurs biologiques : 284 (selon Oser, valeur de comparaison 1 oeuf = 155)