

# Long Energy

Competition Formula



## Produktebeschreibung

LONG ENERGY – COMPETITION FORMULA ist ein säurefreies High-Tech-Wettkampfgetränk mit einem Anteil von 5% hochwertigem Eiweiss in Peptidform. Dies bewirkt eine schnellere Glykogeneinlagerung und schafft die Voraussetzung für eine raschere muskuläre Regeneration. Die 1038 mg Glutamin (pro 100 g) nutzt der Körper als Energiequelle für das Immunsystem während die 1250 mg BCAA die Ermüdung verzögern. Zudem dienen die Aminosäuren Glutamin und BCAA der Proteinsynthese.

Long Energy ist mild aromatisiert, praktisch pH-neutral und dadurch besonders gut verträglich. Ideal für die Einnahme bei mehrstündigen Aktivitäten oder Verträglichkeitsproblemen.

Analog der Competition Linie besteht das neue Long Energy aus acht unterschiedlichen Kohlenhydratquellen. Die Kombination unterschiedlicher Zuckerarten erhöht die Energieverwertung um 20-50% und verbessert deren Verträglichkeit.

Vitargo™ als hauptsächliche Kohlenhydratquelle besitzt ein ca. 100 mal höheres Molekulargewicht als ein herkömmliches Maltodextrin und bewirkt damit eine um 70% schnellere Muskelglykogenbildung.

Koffein wird in Kombination mit diversen Zuckerarten zur Aufrechterhaltung der Ausdauerleistungsfähigkeit eingenommen. Wissenschaftliche Studien [1, 2] zeigen, dass Koffein die exogene Oxidation von Glucose fördert, vermutet wird in diesem Zusammenhang auch eine erhöhte Resorptionsfähigkeit von Glucose unter gleichzeitiger Einnahme von Koffein.



## Vorteile

- High-Tech-Wettkampf-Getränk für Ausdauer-Events für Ausdauer-Events bei hoher Intensität
- Sehr verträglich, da gänzlich säurefrei
- 90% Carbo, 5% Protein
- Multi Carb Formula für Slow Release Effekt
- Hoher BCAA- und Glutamin-Anteil
- Cola: NEU mit 70 mg Koffein pro 100 g Pulver



## Anwendung

Einnahme als Sport- und Wettkampfgetränk, besonders bei Aktivitäten länger als zwei Stunden. Tipp: Bei sehr hohem Energiebedarf kann die Konzentration bis auf 120 g Pulver pro Liter erhöht werden (isotone Zubereitung).

Dank dem Coffein-Anteil von 70 mg/100 g Pulver eignet sich die **Cola-Variante** bestens für die letzte Etappe von zehrenden Ausdauerleistungen.



# Long Energy

Competition Formula

## Zutaten

Dextrose, Maltodextrin, Gerstenstärkehydrolysat (VITARGO™), Reisstärkehydrolysat, Saccharose, Fructose, Isomaltulose, Trehalose, Proteinhydrolysate (Milch, Casein), Mineralstoffe, Aromen, Vitamine, Cola-Variante: + natürliches Koffein.

## Aromen / Gebinde / Nährwerte

Citrus/Cola. Dose à 1200 g (= 15-20 Liter)

Nährwert	per 100 g Pulver		per 80 g (1000 ml)	
Energie kJ (kcal)	1615 (380)		1285 (302)	
Protein	5 g		4 g	
Kohlenhydrate	90 g		71.5 g	
Fett	0 g		0 g	
<b>Vitamine</b>		<b>%ETD*</b>		<b>%ETD*</b>
E	5 mg	50%	4 mg	40%
C	30 mg	50%	24 mg	40%
B1	0.7 mg	50%	0.56 mg	40%
B2	0.8 mg	50%	0.64 mg	40%
Niacin	9 mg	50%	7.2 mg	40%
B6	1 mg	50%	0.8 mg	40%
Folsäure	100 µg	50%	80 µg	40%
B12	0.5 µg	50%	0.4 µg	40%
Biotin	75 µg	50%	60 µg	40%
Pantothensäure	3 mg	50%	2.4 mg	40%
<b>Mineralstoffe</b>		<b>%ETD*</b>		<b>%ETD*</b>
Magnesium	38 mg	20%	48 mg	15%
Natrium	600 mg		480 mg	
Kalium	75 mg		60 mg	
Calcium	50 mg	6%	40 mg	5%
Chlorid	200 mg		160 mg	
<b>Aminosäuren</b>	<b>per 100 g</b>		<b>per 80 g</b>	
BCAA**:	1250 mg		1000 mg	
L-Valin	363 mg		290 mg	
L-Leucin	581 mg		465 mg	
L-Isoleucin	306 mg		245 mg	
Glutaminsäure inkl. Glutaminpeptid	1038 mg		830 mg	
<b>Weiteres</b>	<b>per 100 g</b>		<b>per 80 g</b>	
<b>Koffein (nur Cola-Variante)</b>	<b>70 mg</b>		<b>50 mg</b>	

\*\*BCAA = verzweigtkettige Aminosäuren

## Literaturquellen

- [1] Yeo S.E, et al. (2005) : Caffeine increases exogenous carbohydrate oxidation during exercise. J Appl Physiol 99 :844-850
- [2] Hulston C.J., et al. (2008) : Substrate metabolism and exercise performance with caffeine and carbohydrate intake. Med Sci Sports Exerc. Dec.; 40(12):2096-104