

## Weider – Low Carb High Protein

### Produktebeschreibung:

Dieser Riegel enthält nur 2 g Net Carbs! Dies sorgt für einen gleichmäßigen Energiefluss. Herkömmliche Riegel enthalten mindestens 40 g Net Carbs. Als Net Carbs werden Kohlenhydrate bezeichnet, die den Blutzuckerspiegel ansteigen lassen z. B. Zucker. Je weniger Net Carbs in der Definitionsphase desto besser.



Das enthaltene Milchprotein liefert für lange Zeit Proteine - Besonders wichtig während der Diät. Das enthaltene Sojaproteinisolat hat sich zur Unterstützung der Definitionsphase bewährt. Isolate enthalten gegenüber Konzentraten kaum Kohlenhydrate und Fett. So ist es möglich, sich auch in der Meltdown Phase lecker für das harte Training zu belohnen.

### Produkteigenschaften:

- viele Proteine schützen die Muskulatur vor Abbau.
- Trehalose ist ein neues Kohlenhydrat, welches die Aufnahme von Nährstoffen verbessert. Es ist weniger süß, sorgt aber für längere Energiebereitstellung.
- Der geringe Kohlenhydratanteil unterstützt das Durchhalten in der Definitionsphase.

### Zufuhrempfehlung:

- täglich einen Riegel als verdienten Snack

### Nährwertangaben:

Nährwertangaben	pro 100 g	pro 50 g
Brennwert	1282 kJ / 306 kcal	641 kJ / 153 kcal
Eiweiß	40 g	20 g
Kohlenhydrate	22,8 g	11,4 g
Fett	9 g	4,5 g
davon ges. Fettsäuren	4,8 g	2,4 g
Ballaststoffe	0,2 g	0,1 g
Natrium	0,4 g	0,2 g