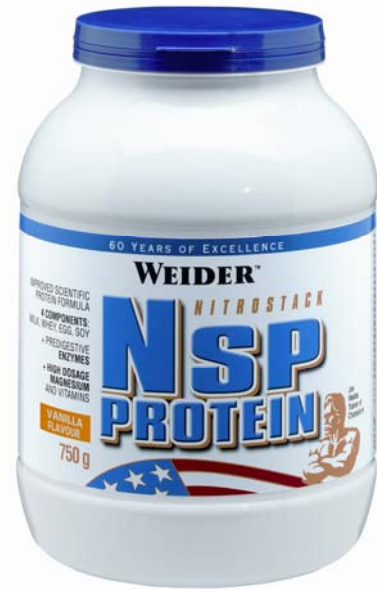


## Weider – NSP Nitro Stack Protein

### Produktbeschreibung:

Enzyme sind sogenannte "Bio-Katalysatoren". Bei mehrmaligem Training können sie helfen, dem Körper bei seiner Superkompensation zu unterstützen und das Eiweiß umzusetzen. Aufgrund des "Nachbrenneffekts" nach dem Training ernähren sich Protein Metabolizer - Bodybuilder bewusst kohlenhydratarm (in der Qualitätsphase). NSP hat einen Anteil von nur 1 g Kohlenhydrate und Fett pro Portion (30 g) bei der Zubereitung mit Wasser. Ein 90 kg schwerer Bodybuilder benötigt ca. 180 g Protein pro Tag. Ohne ausreichende Proteinzufuhr ist kein Muskelwachstum möglich. Denn nur Proteine bauen Muskeln auf. Man kann noch so viel trainieren, ohne Bausubstanz kann man nichts aufbauen. Dabei hilft NSP, in drei leckeren Geschmacksrichtungen.



### Produkteigenschaften:

- Vereint die positiven Eigenschaften von 4 Proteinquellen: Milch-, Whey-, Soja- und Ei-Protein
- Hohe biologische Wertigkeit durch diese Kombination der Proteinquellen
- Besonders für Protein-Metabolizer geeignet, da es so wohl schnell als auch für einen längeren Zeitraum Protein liefert
- Enthält die verdauungsfördernden Enzyme Bromelin und Papain
- Geringer Kohlenhydrat- und Fettanteil
- Aspartamfrei

### Zufuhrempfehlung:

- ein bis zwei Mahlzeiten mit je einem Shake Nitro Stack Protein (NSP) ersetzen
- es werden automatisch weniger Kohlenhydrate aufgenommen (weniger Körperfettspeicherung) und genügend Protein, zum Aufbau solider Muskelmasse bereitgestellt.
- Der beste Zeitpunkt für die Zufuhr ist nach dem Training. Die trainierte Muskulatur erhält schnell und über einen längeren Zeitraum ausreichend Aminosäuren in der Erholungsphase. Je nach Trainingszeitpunkt sollte der zweite Shake entweder morgens (Training am Abend) oder vor dem Schlafen (Training am Morgen) getrunken werden.
- für einen Shake 30 g Pulver in 300 ml fettarmer Milch (1,5 % Fett) oder in Wasser einrühren

**Nährwertangaben:**

Nährwertangaben	pro 100 ml	* % RDA	pro Portion**	* % RDA
Brennwert	1564 kJ / 368 kcal		1062 kJ / 252 kcal	
Eiweiß	84,6 g		35,6 g	
Kohlenhydrate	2,7 g		14,6 g	
Fett	1,9 g		5,4 g	
Vitamin E	33 mg	330	10 mg	100
Vitamin C	180 mg	300	60 mg	100
Vitamin B1	4,3 mg	307	1,4 mg	100
Vitamin B2	3,55 mg	222	1,6 mg	100
Niacin	59 mg	328	18 mg	100
Vitamin B6	6,2 mg	310	2 mg	100
Folsäure	615 µg	308	200 µg	100
Biotin	0,46 mg	307	0,15 mg	100
Pantothensäure	16,5 mg	275	6 mg	100
Calcium	850 mg	106	615 mg	77
Phosphor	639 mg	80	462 mg	58
Eisen	9,8 mg	70	3,1 mg	22
Magnesium	220 mg	73	102 mg	34
Zink	27,2 mg	181	9 mg	62
Jod	470 µg	313	150 µg	100
Papain	145 mg		43,5 mg	
Bromelin	145 mg		43,5 mg	

\* RDA = Prozentsatz der empfohlenen Tagesdosis

\*\* Portionsgröße: 30 g Pulver in 300 ml fettarmer Milch (1,5%)