

YANGO RunPower™ dla biegaczy 90 kapsułek DATA WAŻNOŚCI



Cena: 15,35 PLN

Opis słownikowy

Dawka	-
Opakowanie	90 kaps.
Postać	kaps.
Producent	YANGO SP. Z O.O.
Rodzaj rejestracji	Suplement diety
Substancja czynna	-

Opis produktu

Opis YANGO RunPower™ dla biegaczy 90 kapsułek SUPLEMENTY DIETY DLA BIEGACZY. Wszyscy wiemy, że aby utrzymać zdrowie fizyczne, vitalność i dobre samopoczucie, nasze ciało potrzebuje pewnego zestawu składników odżywczych. Wiąże się to ze stosowaniem dobrze zbilansowanej diety, zawierającej szeroką gamę produktów spożywczych. Jest to tym ważniejsze, że uprawiając wyczerpujące sporty, takie jak bieganie, nasze zapotrzebowanie na pewne witaminy i minerały rośnie. Z tego powodu wiele osób decyduje się na naturalne suplementy diety dla dodatkowego wsparcia regeneracji, a także ogólnego funkcjonowania organizmu sportowca. RUN POWER™ TO AŻ 16 SKŁADNIKÓW AKTYWNYCH POŁĄCZONYCH Z MYŚLĄ O BIEGACZACH. Magnez jest jednym z najważniejszych minerałów w naszej diecie, a jego rola w organizmie jest kluczowa w wielu obszarach funkcjonowania, które ważne są dla biegaczy. Prawidłowy poziom magnezu: przyczynia się do zmniejszenia uczucia zmęczenia i znużenia, pomaga w utrzymaniu równowagi elektrolitowej, wspiera prawidłowy metabolizm energetyczny, odgrywa ważną rolę w prawidłowym funkcjonowaniu układu nerwowego, wspomaga prawidłowe funkcjonowanie mięśni, bierze udział w odpowiedniej syntezie białka, wspiera zdrowe kości oraz odgrywa rolę w procesie podziału komórek. Witaminy z grupy B. Kompleks witamin z grupy B odgrywa rolę w wielu funkcjach organizmu. Większość z nich (z wyjątkiem witaminy B9) przyczynia się na przykład do prawidłowego metabolizmu energetycznego. Wiele z nich wpływa także na metabolizm żelaza i produkcję czerwonych krwinek. Uprawiając sporty, takie jak bieganie, potrzebujemy energii podczas treningu i dla odpowiedniej regeneracji po nim. Niezbędna jest także wystarczająca ilość czerwonych krwinek, by dostarczać tlenu do pracujących mięśni. Ważne jest zatem, abyśmy zadbali o prawidłowy przebieg tych i innych procesów organizmu. Oto najważniejsze funkcje witamin z grupy B dla biegaczy: • Witamina B1 (tiamina): przyczynia się do odpowiedniego metabolizmu energetycznego, pomaga w działaniu układu nerwowego, wspiera prawidłowe funkcjonowanie serca. • Witamina B2 (ryboflawina): przyczynia się do odpowiedniego metabolizmu energetycznego, pomaga w działaniu układu nerwowego, wspiera utrzymanie prawidłowego stanu czerwonych krwinek, utrzymuje prawidłowy metabolizm żelaza, pomaga w ochronie komórek przed stresem oksydacyjnym, przyczynia się do zmniejszenia uczucia zmęczenia i znużenia. • Witamina B3 (niacyna): wspiera odpowiedni metabolizm energetyczny, pomaga w działaniu układu nerwowego, przyczynia się do zmniejszenia uczucia zmęczenia i znużenia. • Witamina B5 (kwas pantotenowy): przyczynia się do odpowiedniego metabolizmu energetycznego, wspiera syntezę i metabolizm hormonów steroidowych, witaminy D i niektórych neuroprzekaźników. • Witamina B6 (pirydoksyna): przyczynia się do utrzymania prawidłowego metabolizmu energetycznego, funkcjonowania układu nerwowego, metabolizmu białka i glikogenu, prawidłowej produkcji czerwonych

krwinek, regulacji aktywności hormonalnej, zmniejszenia uczucia zmęczenia i znużenia, a także pomaga w funkcjonowaniu układu odpornościowego. • Witamina B7 (biotyna): przyczynia się do utrzymania prawidłowego metabolizmu energetycznego, funkcjonowania układu nerwowego i utrzymania prawidłowego metabolizmu makroskładników odżywczych. • Witamina B9 (kwas foliowy): pomaga w prawidłowej syntezie aminokwasów, wspiera produkcję krwi, przyczynia się do zmniejszenia uczucia zmęczenia i znużenia, bierze udział w procesie podziału komórek, a także pomaga w funkcjonowaniu układu odpornościowego. • Witamina B12 (metylokobalamina): przyczynia się do odpowiedniego metabolizmu energetycznego, pomaga w działaniu układu nerwowego, prawidłowej produkcji czerwonych krwinek, zmniejszenia uczucia zmęczenia i znużenia, odgrywa rolę w procesie podziału komórek, a także wspiera funkcjonowanie układu odpornościowego. MSMMSM, czyli siarka organiczna to, tuż po fosforze oraz wapniu, jeden z najważniejszych minerałów zawartych w organizmie człowieka, ze względu na funkcje jakie w nim pełni. MSM występuje w każdej komórce organizmu. Cynk Jest to pierwiastek bardzo potrzebny do prawidłowego funkcjonowania całego organizmu. Cynk bierze udział w wytwarzaniu białek i kwasów nukleinowych, które są odpowiedzialne głównie za przenoszenie i przechowywanie informacji genetycznych. Odpowiedni poziom cynku wpływa na: prawidłowe funkcjonowanie układu odpornościowego, ochronę komórek przed stresem oksydacyjnym, utrzymanie zdrowych i mocnych kości, regulowanie poziomu testosteronu w surowicy, a także utrzymanie prawidłowego widzenia. Beta-alanina Beta-alanina to składnik polecany osobom o zwiększonej aktywności fizycznej. Jest naturalnie występującym aminokwasem, będącym prekursorem karnozyny – dipeptydu znajdującego się w mięśniach. Witamina K2 Witamina K została odkryta w 1929 roku i jest niezbędnym składnikiem odżywczym do krzepnięcia krwi. Istnieją dwie główne formy witaminy K. Są to: witamina K1, znajdująca się w pokarmach roślinnych, takich jak zielone warzywa liściaste, oraz witamina K2, występująca w pokarmach zwierzęcych i sfermentowanej żywności. Witamina K w organizmie przyczynia się do prawidłowego krzepnięcia krwi i pomaga w utrzymaniu zdrowych kości. Kurkuma Kurkumawywodzi się z Indii i pobliskich rejonów Azji Południowej. Tam też była uprawiana od tysięcy lat. Jej główny składnik aktywny to kurkumina, której przypisuje się większość właściwości korzenia kurkumy. Wykazano, że stosowanie kurkumy może wpływać na odpowiednie funkcjonowanie układu odpornościowego, nerwowego i krążenia, a także przyczynić się do prawidłowej produkcji krwi. Ponadto kurkuma pomaga zachować zdrowie górnych dróg oddechowych i płuc, co również może być czynnikiem istotnym dla biegaczy. Siarczan chondroityny Siarczan chondroityny to naturalny związek chemiczny należący do grupy glikozoaminoglikanów. Jest on ważną częścią tkanki chrzęstnej i mazi stawowej. Jego ilość może jednak zmniejszać się wraz z wiekiem oraz pod wpływem zwiększonego obciążenia. Jest to szczególnie istotne w kontekście osób aktywnie uczestniczących w wysiłku fizycznym, takim jak bieganie lub sporty siłowe. Siarczan glukozaminy Siarczan glukozaminy to kolejny ważny składnik mazi stawowej, czyli substancji zmniejszającej tarcie w stawach. Jest on często wykorzystywany przez sportowców i osoby starsze.