



MuskelAktiv

Für optimale Muskel-
funktion beim Sport

Liebe Kundin, lieber Kunde,
wir bedanken uns für Ihr Vertrauen, dass
Sie sich für ein biovital® Qualitätsprodukt
entschieden haben.

Wenn dem Körper die Mineralien Mag-
nesium und Kalium nicht in ausreichen-
der Menge zur Verfügung stehen,
können die Stoffwechselprozesse nicht
mehr ungehindert verlaufen. Muskel-
verspannungen können die Folge sein.
Bekannt sind auch die unangenehmen
Folgen von unzureichender Magnesium-
versorgung in den Waden. In Stress-
situationen können aber auch Ange-
spanntheit, Nervosität und Gereiztheit

auf eine unzureichende Versorgung mit
Magnesium und Kalium hinweisen.

Magnesium hat eine regulierende
Funktion auf Muskeln und Nerven-
system: es entspannt die Muskulatur
und unterstützt die Nervenfunktion.

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung
empfiehlt für Erwachsene die Einnahme
von täglich 300 - 400 mg Magnesium.
Um 350 mg Magnesium aufzunehmen,
müssten Sie z.B. eine der folgenden
Mengen der aufgeführten Magnesium-
reichen Lebensmittel zu sich nehmen
(Circa-Werte):

60g	Weizenkleie	(435 kJ / 103 kcal)
270g	Haferflocken	(3993 kJ / 956 kcal)
130g	Cashewnüsse	(3097 kJ / 740 kcal)
750g	Spinat	(443 kJ / 105 kcal)
230g	Zartbitterschokolade	(4881 kJ / 1166 kcal)
290g	Früchtemüsli	(4402 kJ / 1053 kcal)

Magnesium gehört zu den lebensnotwendigen Mineralstoffen. Mehr als 300 Enzyme sind auf die Aktivierung durch Magnesium angewiesen, die eine entscheidende Bedeutung für den Energiestoffwechsel haben. Alle energieabhängigen Prozesse wie z.B. die Muskelaktivitäten und die Reizübertragung der Nerven sind damit an die Verfügbarkeit von Magnesium gebunden.

Ein erhöhter Bedarf an Magnesium ist keine Seltenheit:

Allgemein bekannt ist, dass Sportler und alle, die erhöhte physische und psychische Leistungen erbringen, einen erhöhten Magnesiumbedarf haben, der durch den gesteigerten Stoffwechsel bedingt ist, wie er sich z.B. bei den gesteigerten Muskelfunktionen des Sportlers zeigt.

Aber auch Jugendliche im Alter zwischen 13 - 19 Jahren können einen deutlich erhöhten Bedarf haben.

Die durch den erhöhten Blutzuckerspiegel vermehrte Urinausscheidung

bei Diabetikern bewirkt einen verstärkten Verlust an Magnesium.

Mit biovital® MuskelAktiv können Sie mit bereits einer Brausetablette im wesentlichen den Tagesbedarf an diesem wichtigen Mineral decken. Überschüssiges Magnesium wird vom Körper ungenutzt wieder ausgeschieden.

Durch die Kombination mit Kalium und einem Vitamin B-Komplex werden die Eigenschaften von Magnesium fördernd unterstützt. Denn die B-Vitamine sind auch für die Energiegewinnung im Körper und die normale Funktion des Nervensystems zuständig.

biovital® MuskelAktiv enthält pro Brausetablette 350 mg Magnesium, sinnvoll kombiniert mit Kalium und wichtigen B-Vitaminen – für Muskeln und Nerven.

biovital® bietet Ihnen verschiedene Gesundheitsprodukte für eine abgestimmte Nahrungsergänzung an, z.B.:



Mehr Informationen zu biovital® erhalten Sie unter www.biovital.de

Haben Sie noch Fragen? Ihre gebührenfreie biovital® Kundenberatung unter **0800-246 848 5** hilft gern weiter!

Bad Heilbrunner

Naturheilmittel GmbH & Co. KG
83670 Bad Heilbrunn, Obb., Deutschland
www.bad-heilbrunner.de