

**VITARGO +ELEKTROLYTE**  
**NAPÓJ DLA SPORTOWCÓW. ZAWIERA SUBSTANCJE SŁODZĄCE.**  
**SUPLEMENT DIETY. SMAK: CYTRUSOWY I WINOGRONOWY**  
**WAGA NETTO 1 kg**

**Składniki:** Skrobia\*, Regulator kwasowości (E330), Cytrynian sodu, Glukonian wapnia, Glukonian magnezu, Aromat, Glukonian potasu, Substancje słodzące (E950, E951 (zawiera aspartam (źródło fenyloalaniny)), Barwnik (ryboflawiny (dotyczy smaku cytrusów)), proszek buraczany (dotyczy smaku winogronowego)

\*Nr patentu EU0745096 dla Vitargo.

**Sposób przygotowania:** Napełnić shaker wodą do 200ml, dodaj porcję (70g=6 łyżek), mocno wstrząsać przez minutę, dopełnić shaker wodą do 750ml.

**Sposób użycia:** Jako napój sportowy podczas treningu/zawodów, zaleca się maksymalnie do trzech Jeżeli trening/zawody trwają dłużej jak 2-3 godziny rekomendujemy również Vitargo Electrolyte, szczególnie w pierwszej fazie wysiłku.

Zastosowanie/uzupełnianie: glikogenu zaleca się spożywać 1 porcję napoju co godzinę podczas ciężkiego treningu.

<b>Wartość odżywcza</b>	<b>w 100g</b>	<b>w 70g</b>	<b>w 100ml</b>
Wartość energetyczna (kJ/kcal)	1550/370	1115/265	155/37
Tłuszcz (g) w tym:	0	0	0
-kwasy tłuszczowe nasycone (g)	0	0	0
Węglowodany (g) w tym:	92	66	9,2
- cukry (g)	0	0	0
- skrobia (g)	86	61,9	8,6
Błonnik (g)	0	0	0
Białko (g)	0	0	0
Sól Na (g)	1,4	1,0	0,14
Wapń Ca (mg)	140 (18%*)	101	14
Potas K (mg)	105 (5,3%*)	76	11
Magnez (mg)	55 (15%*)	40	6

\*RWS -Referencyjna Wartość Spożycia dla przeciętnej osoby dorosłej (8400kJ/2000kcal)

Vitargo® to unikalny, opatentowany węglowodan pozyskiwany ze skrobi, bez dodatku cukru. Vitargo zawiera węglowodany złożone o niskiej osmolalności (osmolalność oznacza liczbę cząsteczek w roztworze – im większy rozmiar molekuł, tym niższa osmolalność). Wielkość masy cząsteczkowej węglowodanów, lub ich osmolalność nie wpływają na prędkość przepływu przez żołądek ani na wydolność organizmu. Inne węglowodany o większej masie cząsteczkowej jak woskowa, lub modyfikowana skrobia kukurydziana cechuje niska osmolalność, ale efekty po spożyciu są nieporównywalne do Vitargo. Vitargo stanowi przedmiot wielu (w porównaniu do innych

węglowodanów) badań klinicznych przeprowadzanych w wielu uniwersyteckich ośrodkach badawczych na sportowcach obu płci.

Węglowodan	Masa cząsteczkowa	Osmolalność
Woskowa skrobia kukurydziana	>1 000 000	5-15
Vitargo®*	500 000-700 000	11
Maltodekstryna	1000-25000	48
Dekstroza	180	300
Woda z kranu **		3-15

\* 5% roztwór

\*\*wartość zależy od twardości wody

Vitargo Electrolyte jest przeznaczony do stosowania przed lub w trakcie intensywnych ćwiczeń bądź zawodów – do 3350 kJ/800 kcal na godzinę, w zależności od intensywności oraz czasu trwania treningu czy zawodów, a także indywidualnej intensywności pocenia (na którą wpływ mają warunki otoczenia). Aby dopasować spożywanie węglowodanów podczas korzystania z Vitargo + Electrolyte, można również dołączyć Vitargo Pure (niesłodzony i bezsmakowy) lub Vitargo Carboloader (smakowy i słodzony), które dostarczą większej dawki węglowodanów Vitargo, bez dodatkowych elektrolitów. Vitargo + Electrolyte można też mieszać z dodatkowymi elektrolitami w proszku lub tabletkach, białkiem, mieszankami aminokwasowymi. Ponieważ utrzymanie bilansu wodnego na odpowiednim poziomie ma kluczowe znaczenie podczas treningów-zawodów, a uzupełnianie węglowodanów zwiększa ilość glikogenu i wody w mięśniach, zaleca się spożywanie Vitargo Pure, lub Vitargo Carboloader na 2-3 dni przed zawodami.

Wyprodukowano w Szwecji dla: Swecarb AB, Skeppsbron 11, 392 31 Kalmar SWEDEN

[www.vitargo.com](http://www.vitargo.com)