

ENERGY &amp; ENDURANCE

# MUSCLE RELAX

SOUR SHOT

PREPARE BEFORE DURING AFTER

**QUICK INFO**

- LAKTOSEFREI
- GLUTENFREI
- SÄUREFREI
- OHNE SÜSSSTOFFE
- OHNE KÜNSTLICHE FARBSTOFFE
- OHNE KONSERVIERUNGSMITTEL

**PRODUKTEBESCHRIEB**

Unkontrollierte Muskelkontraktionen sind in Ausdauer- und Sportsportarten häufiges Phänomen und führen oft zu Aufgabe und Leistungsabbruch. Typische Ursachen sind häufig mechanische Überbelastung, kalte Temperaturen, Flüssigkeitsmangel sowie Energie- und Elektrolytverluste.

Die seit Jahren praktizierte Einnahme von Mixed Pickle Juice wird durch wissenschaftliche Studien gestützt. Sponser® MUSCLE RELAX ist eine dem Mixed Pickle Juice nach wissenschaftlichen Kriterien nachempfundene und optimierte Lösung mit Essigsäure, dem Bitterstoff Chinin und Magnesium.

Magnesium trägt zum Elektrolytgleichgewicht und zu einer normalen Muskelfunktion bei.

**VORTEILE**

- **Innovative Formula mit Essigsäure, Chinin und Magnesium**
- **Magnesium zur Unterstützung des Elektrolytgleichgewichts und einer normalen Muskelfunktion**
- **präventiv oder während einer akuten Kontraktionsphase**

**ANWENDUNG**

1-2 Flaschen vor oder während der Leistung nach Bedarf einnehmen. Möglichst während ca. 10 Sek. mit MUSCLE RELAX spülen, dann schlucken. Vor hoch-intensiven Leistungen mit genügend Abstand zur Aktivität einnehmen, abhängig von individueller Verträglichkeit.

Eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie ein gesunder Lebensstil sind wichtig für unsere Gesundheit.

ENERGY & ENDURANCE

# MUSCLE RELAX

SOUR SHOT

SEITE 2

## ZUTATEN

Wasser, Saccharose, Speiseessig 2.5% (mit 25% Essigsäure), Gurkensaft-Konzentrat 2%, Zitronensaftkonzentrat, Magnesiumcitrat, Säuerungsmittel Citronensäure, Konservierungsmittel Kaliumsorbat, Salz, Chininhydrochlorid, Enthält Chinin (3.3 mg/100 ml).

## GEBINDE

Box 4 x 30 ml

## NÄHRWERTE

Typische Nährwerte	per 100 ml	2 Shots (60 ml = 1 Tagesration)
Energie kJ (kcal)	192 (45)	115 (27)
Fett	<0.1 g	0 g
davon gesättigte Fettsäuren	<0.1 g	0 g
Kohlenhydrate	10 g	6.0 g
davon Zucker	10 g	6.0 g
Protein	<0.1 g	<0.1 g
Salz	0.16 g	0.10 g
Magnesium	15%NRV*	56 mg

Essigsäures Trinkkonzentrat mit Gurkensaft, Essig und Magnesium zum Direktkonsum vor oder während sportlicher Leistung. Chininhaltig.

Folgende Studien diskutieren die Wirkungsweise von Säure und Bitterstoffen im Zusammenhang mit der Muskelfunktion:

- Allen S. et al.: Ad libitum fluid intake and plasma responses after pickle juice, hypertonic saline, or deionized water ingestion. J Athl Train, 2013;48(6):734-740
- Gam S. et al.: Mouth rising and ingestion of a bitter solution improves sprint cycling performance. Med Sci Sports Exerc, 2014;46(8):1648-1657.
- Miller K.C., et al.: Gastric emptying after pickle juice ingestion in rested, euhydrated humans. J Athl Train, 2010a;45(6):601-608.
- Miller K.C. et al.: Reflex inhibition of electrically induced muscle cramps in hypohydrated humans. Med Sci Sports Exerc. 2010b;42(5):953-961.
- Miller K.C., et al.: Electrolyte and plasma responses after pickle juice, mustard, and deionized water ingestion in dehydrated humans. J Athl Train, 2014;49(3):360-367.

Entwickelt in der Schweiz. Sorgfältig hergestellt in Deutschland

Sponser Sport Food AG  
CH-8832 Wollerau  
www.sponser.ch

Sponser Europe GmbH  
D-88131 Lindau  
www.sponser.de