



✓ lactosefrei
✓ glutenfrei

MAGNESIUM + KALIUM CITRAT SPORT

Vielen Dank, dass Sie sich für ein Doppelherz system Produkt entschieden haben! Doppelherz system Produkte bieten eine sinnvolle, systematisch abgestimmte Kombination verschiedener Inhaltsstoffe – Nahrungsergänzungsmittel mit System.

MAGNESIUM + KALIUM CITRAT von Doppelherz system enthält die beiden Mineralstoffe Magnesium und Kalium in Citratform. Citrate sind die organischen Verbindungen dieser Mineralstoffe.

1 Portionsbeutel enthält:

- 350 mg Magnesium in Citrat-Qualität
- 300 mg Kalium in Citrat-Qualität
- 5 mg Vitamin B₆

Mineralstoffe in Citrat-Qualität

350 mg Magnesium und 300 mg Kalium für die normale Muskel- und Nervenfunktion

Magnesium ist ein lebensnotwendiger Mineralstoff, den der Körper nicht selbst bilden kann. Außerdem ist eine Speicherung nur in begrenztem Umfang möglich. Eine ausreichende Magnesiumversorgung trägt zur normalen Muskelfunktion bei. Magnesium unterstützt den normalen Energiestoffwechsel sowie die normale Funktion des Nervensystems. Der Mineralstoff trägt zum Elektrolytgleichgewicht bei. Da es bei starken körperlichen und sportlichen Aktivitäten häufig zu einem erhöhten Flüssigkeitsverlust kommt, werden dem Körper wichtige Elektrolyte entzogen. Daher ist es wichtig, ausreichend Flüssigkeit und Elektrolyte aufzunehmen.

Kalium trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems und zu einer normalen Muskelfunktion bei.

Magnesium und Kalium arbeiten in vielen Stoffwechselfvorgängen im Körper eng zusammen. Die gute Kaliumversorgung des Körpers profitiert davon, wenn gleichzeitig die Magnesiumversorgung gut ist, denn Magnesium ist für den Transport von Kalium in die Zellen notwendig.

Vitamin B₆ trägt zum normalen Eiweiß- und Glykogenstoffwechsel bei.

Bei unausgewogener Ernährung oder einem erhöhten Nährstoffbedarf, z. B. durch:

- starke körperliche Anstrengung

kann die Ernährung mit dem Doppelherz system **MAGNESIUM + KALIUM CITRAT** gezielt ergänzt werden.

Verzehrempfehlung:

Einmal täglich 1 Portionsbeutel außerhalb der Mahlzeiten in 1 Glas Wasser (ca. 200 ml) auflösen und trinken. Granulat zum Auflösen mit Blutorange-Granatapfel-Geschmack.

Hinweis:

Personen mit Nieren- oder Herzerkrankungen sollten vor der Einnahme von Kalium Rücksprache mit ihrem Arzt halten.

Zusammensetzung	pro Tagesportion (= 1 Portionsbeutel)	% NRV*
Magnesium	350 mg	93 %
Kalium	300 mg	15 %
Vitamin B ₆	5 mg	357 %

* Nährstoffbezugswerte gemäß EU-Verordnung 1169/2011



Queisser
PHARMA

GmbH & Co. KG
Schleswiger Str. 74
24941 Flensburg