LEANSHAKE

MAHLZEITENERSATZ ZUR GEWICHTSREGULIERUNG – SCHOKOLADENGESCHMACK



INFORMED SPORT

PRODUKT-HIGHLIGHTS

LeanShake wurde entwickelt, um die Gewichtskontrolle[1] und die tägliche Ernährung zu unterstützen.

Es liefert hochwertiges Eiweiß, Ballaststoffe und 25 essentielle Vitamine und Mineralstoffe, was es zu einer idealen Wahl für einen geschäftigen Lebensstil macht.

Protein trägt zum Wachstum und Erhalt der Muskelmasse bei.[2]

LeanShake ist ideal für unterwegs, ist sojafrei und in mehreren wohlschmeckenden Geschmacksrichtungen erhältlich.

Inhalt: 16 × 30 g (Portionspackungen)

HAUPTVORTEILE

- **Unterstützung bei der Gewichtsabnahme[1]**
- **Hilft beim Muskelaufbau[2]**
- **Darmfreundliche Rezeptur mit Ballaststoffen**
- **Hoher Proteingehalt[3] mit Milchproteinkonzentrat, Molkenproteinisolat und Kollagenpeptiden**
- **Hoher Ballaststoffgehalt[4] mit der ZinoBiotic+ Ballaststoffmischung**
- **204 kcal pro Portion**
- **Süßungsmittel und Aromen aus natürlichen Quellen**
- **Quelle für 25 Vitamine und Mineralstoffe**

NÄHRSTOFFANGABEN

Nährstoffbezugswert:	100 g	60 g	30 g + 250 ml magermilch
Energie	371 kcal (1555 kJ)	223 kcal (933 kJ)	204 kcal (854 kJ)
Eiweiß	36,6 g	22,0 g	19,7 g
Kohlenhydrate	25,6 g	15,4 g	18,9 g
davon Zucker	13,0 g	7,8 g	15,2 g
Fett	9,8 g	5,9 g	4,2 g
davon gesättigte Fettsäuren	4,0 g	2,4 g	2,0 g
Ballaststoffe	13,0 g	7,8 g	3,9 g
Salz	1,5 g	0,9 g	0,7 g
Vitamine			
Vitamin A	572 µg (71%)*	343 µg (43%*)	171 µg (21%*)
Vitamin D	3,6 µg (71%*)	2,1 µg (43%*)	1,1 µg (21%*)
Vitamin C	127,4 mg (159%*)	76,4 mg (96%*)	38,2 mg (48%*)
Vitamin E	10,1 mg (84%*)	6,1 mg (51%*)	3 mg (25%*)
Thiamin	0,8 mg (72%*)	0,5 mg (43%*)	0,4 mg (33%*)
Riboflavin	1,0 mg (72%*)	0,6 mg (43%*)	0,7 mg (48%*)
Niacin	11,8 mg (74%*)	7,1 mg (44%*)	3,6 mg (22%*)
Pantothensäure	4,4 mg (73%*)	2,6 mg (44%*)	1,3 mg (22%*)
Vitamin B_6	1,0 mg (72%*)	0,6 mg (43%*)	0,4 mg (29%*)
Biotin	35,7 µg (71%*)	21,4 µg (43%*)	10,7 µg (21%*)
Folsäure	143 µg (71%*)	85,7 µg (43%*)	52,9 µg (26%*)
Vitamin B_{12}	2,7 µg (107%*)	1,6 µg (64%*)	2,3 µg (92%*)
Vitamin K	37,5 µg (50%*)	22,5 µg (30%*)	11,3 µg (15%*)
Mineralstoffe			
Calcium	683 mg (85%*)	410 mg (51%*)	518 mg (65%*)
Phosphor	886 mg (127%*)	532 mg (76%*)	553 mg (79%*)
Magnesium	295 mg (79%*)	177 mg (47%*)	114 mg (30%*)
Eisen	13,7 mg (98%*)	8,2 mg (59%*)	4,1 mg (29%*)
Zink	7,5 mg (75%*)	4,5 mg (45%*)	3,2 mg (32%*)
Kupfer	1,0 mg (96%*)	0,6 mg (58%*)	0,3 mg (31%*)
Jod	107 µg (71%*)	64,3 µg (43%*)	72,1 µg (48%*)
Mangan	1,4 mg (71%*)	0,9 mg (43%*)	0,4 mg (22%*)
Chrom	28,6 µg (71%*)	17,1 µg (43%*)	8,6 µg (21%*)
Selen	39,3 µg (71%*)	23,6 µg (43%*)	14,3 µg (26%*)
Kalium	1 697 mg (85%*)	1018 mg (51%*)	937 mg (47%*)
Molybdän	35,7 µg (71%*)	21,4 µg (43%*)	10,7 µg (21%*)

(*) % Nährstoffbezugswerte

VERZEHREMPFEHLUNG: Zur Verwendung als Mahlzeitenersatz 2 × 30 g Pulver mit 250 ml Wasser mischen und die Flasche einige Sekunden lang schütteln. Alternativ zur Verwendung als nahrhaften Snack 1 × 30 g Pulver mit 250 ml Magermilch mischen.

ZUR GEWICHTSKONTROLLE: Das Ersetzen von zwei der täglichen Hauptmahlzeiten im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung durch einen solchen Mahlzeitersatz trägt zu Gewichtsabnahme bei.[1]

ZUR AUSGEWOGENEN ERNÄHRUNG UND GEWICHTSKONTROLLE: Das Ersetzen von einer der täglichen Mahlzeiten im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung durch einen solchen Mahlzeitersatz trägt dazu bei, das Gewicht nach Gewichtsabnahme zu halten.[6]

HINWEIS: Dieses Produkt ist Bestandteil einer Diät mit eingeschränkter Kalorienzufuhr, zusammen mit einer gesunden Ernährung und regelmäßiger körperlicher Aktivität. Eine angemessene Zufuhr von Flüssigkeit ist wichtig. Es ist wichtig, dass die angegebene Anweisung befolgt wird.

HINWEIS: Bevor Sie dieses Produkt oder irgendeinen Plan zur Gewichtsreduzierung befolgen ist es ratsam, einen Arzt zu befragen. Das Produkt sollte nicht von Kindern, Jugendlichen, Schwangeren, stillenden Frauen oder Menschen mit Essstörungen verwendet werden. Personen mit Stoffwechselstörungen sollten das Produkt nicht ohne Rücksprache mit einem Arzt verwenden.

Norwegian Formulation

AUFBEWAHRUNG: Trocken, kühl und verschlossen lagern.

ZUTATEN: Molkenprotein-Isolat (**Milch**)*, **Milch**protein-konzentrat*, Kokospalmensaftpulver, Vitamin-Mineralstoff-Mischung (Kaliumphosphat, Natriumcitrat, Magnesiumcitrat, Calciumphosphat, L-Ascorbinsäure, Eisenpyrophosphat, DL-α-Tocopherylacetat, Zinksulfat, Folsäure, Kaliumiodid, Nicotinamid, Natriumselenit, Retinol-Acetat, Calcium-D-pantothenat, Mangansulfat, D-Biotin, Chrom (III)-chlorid, Kupfersulfat, Cyanocobalamin, Cholecalciferol, Pyridoxinhydrochlorid, Phyllochinon, Riboflavin, Thiamin-mononitrat, Natriummolybdat)*, Kollagenpeptide (bovin)*, Färberdistelölpulver*, Kakao*, widerstandsfähige Maisfaser*, mittelkettiges Triglyceride-Pulver, Flohsamenschalen*, pflanzliches Ölpulver (Leinsamen)*, Inulin*, glutenfreie Beta-Glucane aus **Hafer***, Maltodextrin, Quinoa-Pulver*, Kokosölpulver*, Honigpulver, natürliches Aroma, Füllstoff (Xanthan), Ananasextrakt-Pulver (Bromelain)*, Papayaextrakt-Pulver (Papain)*, Süßungsmittel (Steviolglycoside aus Stevia). *Ursprung: Nicht-EU und EU*

QUALITÄT + SYNERGIE = ERGEBNISSE

LeanShake enthält hochwertige Proteine, Ballaststoffe, Fettsäuren, Vitamine und Mineralien, die Ihre tägliche Ernährung unterstützen, unabhängig davon, ob Sie sich auf die Gewichtskontrolle oder einen aktiven Lebensstil konzentrieren.

GEWICHTSKONTROLLE

LeanShake ist ein Mahlzeitenersatzprodukt, das dazu bestimmt ist, eine oder zwei Mahlzeiten pro Tag im Rahmen einer kalorienreduzierten Diät zur Gewichtskontrolle zu ersetzen. Der Ersatz von zwei täglichen Mahlzeiten durch Mahlzeitenersatzprodukte trägt zur Gewichtsreduktion bei[1], während der Ersatz einer täglichen Mahlzeit dazu beiträgt, das Gewicht nach Gewichtsabnahme zu halten[5]. Es handelt sich um eine nahrhafte Mahlzeit, die aus sorgfältig ausgewählten Zutaten hergestellt wird, darunter hochwertiges Protein, fünf Ballaststoffe, essentielle Fettsäuren und 25 verschiedene Vitamine und Mineralstoffe.

LeanShake liefert pro Portion etwa 204 kcal und ist als Teil einer ausgewogenen und abwechslungsreichen Ernährung vorgesehen.

MUSKELUNTERSTÜTZUNG

LeanShake wird aus sorgfältig ausgewählten Proteinquellen hergestellt. Calcium[6], Magnesium[7], Kalium[8] und Vitamin D[9] tragen zu einer normalen Muskelfunktion bei.

LeanShake kann als ergänzende Mahlzeit vor oder nach dem Sport verzehrt werden.

Protein trägt zum Wachstum und Erhalt der Muskelmasse bei[2].

BALLASTSTOFFMISCHUNG

Die Ballaststoffmischung in LeanShake ist identisch mit der in ZinoBiotic+ und ist Teil einer ausgewogenen Rezeptur. Diese Ballaststoffe werden im Dickdarm von verschiedenen Bakterien fermentiert. Ballaststoffe sind ein natürlicher Bestandteil einer ausgewogenen Ernährung und sind in der Regel in der täglichen Ernährung enthalten. LeanShake kann als Teil einer abwechslungsreichen und ausgewogenen Ernährung sowie eines gesunden Lebensstils integriert werden.

NÄHRWERT- UND GESUNDHEITS-BEZOGENE ANGABEN (EU)

[1] Das Ersetzen von zwei täglichen Mahlzeiten einer energiereduzierten Ernährung durch Mahlzeitenersatz trägt zur Gewichtsabnahme bei.

[2] Proteine tragen zu einer Zunahme an Muskelmasse bei. Proteine tragen zur Erhaltung von Muskelmasse bei.

[3] Ein Lebensmittel kann als „proteinreich" bezeichnet werden, wenn mindestens 20 % seines Energiewertes durch Protein bereitgestellt werden.

[4] Ein Lebensmittel kann als „ballaststoffreich" bezeichnet werden, wenn es mindestens 6 g Ballaststoffe pro 100 g (oder 3 g pro 100 kcal) enthält.

[5] Das Ersetzen einer täglichen Mahlzeit einer energiereduzierten Ernährung durch einen Mahlzeitenersatz trägt dazu bei, das Gewicht nach Gewichtsabnahme zu halten.

[6] Calcium trägt zu einer normalen Muskelfunktion bei.

[7] Magnesium trägt zu einer normalen Muskelfunktion bei.

[8] Kalium trägt zu einer normalen Muskelfunktion bei.

[9] Vitamin D trägt zur Erhaltung einer normalen Muskelfunktion bei.