OLIMP
BORN IN THE GYM

COOLING SOUR LEMONADE FLAVOUR

OPEN HERE

BORN IN THE GYM
PROFESSIONAL LINE SUPPLEMENTS

200 g

22 portions/ porcje

Producer/ Producent:
OLIMP LABORATORIES Sp. z o.o.
Pustynia 84F, 39-200 Dębica
Poland, tel. +48 146803200
fax +48 146803265
e-mail: info@olimpsport.com

OLIMPSPORT.COM

5901330095122

GMP · ISO 22000 HACCP · certificate ISO · 9001

Best before (Exp):/ Unopened, keep in a dry and cool place. Lot No.:/ Najlepiej spożyć przed (Exp):/ Przechowywać w suchych pomieszczeniach, w temperaturze pokojowej, w szczelnie zamkniętych opakowaniach. Ozn. partii produkcyjnej:

10 11

OLIMP
SPORT NUTRITION

JOIN Olimp PRODUCT CLUB
WWW.OPC.EU

CITRULLINE MALATE

200 g/ 0,44 lbs

COOLING SOUR LEMONADE FLAVOUR

PRODUCT QUALITY APPROVED BY OLIMP LABORATORIES

EXTREME DOSE OF CITRULLINE MALATE

B6 VITAMIN B6 ADDED

NATURAL FLAVOURINGS

22 PORTIONS

NO COLOURS & THICKENERS

BLACK SERIES

Food supplement • Suplement diety

EN CITRULLINE MALATE Food supplement in powder containing citrulline malate and vitamin B6. With sweeteners. Cooling sour lemonade flavour. Vitamin B6 contributes to normal energy-yielding metabolism and to the reduction of tiredness and fatigue. Scientific data: Supplementation of citrulline malate in the amount of 8 g in the barbell bench press test increased the number of repetitions in a set and reduced muscle soreness after 24 and 48 hours.[1] The product is recommended for physically active people and athletes during endurance and strength training. **Recommended use:** take 1 portion a day, about 30 minutes before training. Dissolve 1 portion (9 g of powder = 3 scoops) in 300 ml of water; use a shaker for at least 10 seconds. Consume directly after preparation. Do not exceed the recommended daily dose. Food supplements should not be used as a substitute for a varied and balanced diet. A varied and balanced diet and a healthy lifestyle are recommended. Keep out of reach of children. **Warning:** do not use in children, pregnant or breastfeeding women and in the case of hypersensitivity to any of the ingredients. **Ingredients:** citrulline malate, acidity regulator – sodium citrates; natural lemon flavouring, natural mint flavouring, sweeteners – acesulfame K, sucralose; anti-caking agent – silicon dioxide; pyridoxine hydrochloride – vit. B6. Manufactured on a production site that uses derivatives of **milk**, **eggs**, **soy**, **nuts**, **peanuts**, **cereals containing gluten**, **fish**, **crustaceans**, **molluscs**.

PL CITRULLINE MALATE Suplement diety w proszku, zawierający jabłczan cytruliny oraz witaminę B6. Zawiera substancje słodzące. O smaku Cooling sour lemonade. Witamina B6 przyczynia się do utrzymania prawidłowego metabolizmu energetycznego oraz do zmniejszenia uczucia zmęczenia i znużenia. Dane naukowe: Suplementacja jabłczanem cytruliny w ilości 8 g przyczyniła się w teście wyciskania sztangi leżąc do znaczącego wzrostu ilości powtórzeń w serii oraz obniżenia bolesności mięśniowej po 24 i 48 godzinach.[1] Produkt przeznaczony dla osób aktywnych fizycznie oraz sportowców w okresie wyczerpujących treningów wytrzymałościowych i siłowych. **Zalecana dzienna porcja:** 1 porcja dziennie, na około 30 minut przed treningiem. 1 porcję (9 g proszku = 3 miarki) rozpuścić w 300 ml wody, używając do tego shakera przez co najmniej 10 sekund. Spożyć bezpośrednio po przygotowaniu. Nie należy przekraczać porcji zalecanej do spożycia w ciągu dnia. Suplement diety nie może być stosowany jako substytut zróżnicowanej diety. Zalecany jest zrównoważony sposób żywienia i zdrowy tryb życia. Przechowywać w sposób niedostępny dla małych dzieci. **Uwaga:** nie zaleca się stosowania produktu przez dzieci, kobiety w ciąży i karmiące piersią oraz w przypadku nadwrażliwości na którykolwiek ze składników produktu. **Składniki:** jabłczan cytruliny, regulator kwasowości – cytryniany sodu; naturalny aromat cytrynowy, naturalny aromat miętowy, substancje słodzące – acesulfam K, sukraloza; substancja przeciwzbrylająca – dwutlenek krzemu; chlorowodorek pirydoksyny – witamina B6. Wyprodukowano w zakładzie wykorzystującym składniki pochodzące z **mleka**, **jaj**, **soi**, **orzechów**, **orzeszków ziemnych (arachidowych)**, **zbóż zawierających gluten**, **ryb**, **skorupiaków**, **mięczaków**.

[1] *Pérez-Guisado J, Jakeman PM. Citrulline malate enhances athletic anaerobic performance and relieves muscle soreness. J Strength Cond Res. 2010;24(5):1215–1222.*

Nutrition information/ Informacja żywieniowa	Per 1 portion/ Na 1 porcję (9 g)
Citrulline malate/ Jabłczan cytruliny	8,1 g
of which **L-citrulline**/ w tym L-cytrulina	4,6 g
Vitamin B6/ Witamina B6	2,46 mg (176%*)

*NRV/ RWS – nutrient reference value/ referencyjna wartość spożycia.