

# Kreatin Monohydrat 600 mesh

## PRODUKTINFORMATIONEN

---

### Verkehrsbezeichnung

Nahrungsergänzungsmittel mit Kreatin-Monohydrat.

### Beschreibung

Kreatin-Monohydrat ist ein Nahrungsergänzungsmittel, das zur Erhöhung der körperlichen Leistung bei Schnellkrafttraining im Rahmen kurzzeitiger intensiver körperlicher Betätigung beiträgt.

### Wirkung (Health Claims nach Verordnung (EG) Nr. 1924/2006)

Kreatin erhöht die körperliche Leistungsfähigkeit bei kurzzeitigen, hochintensiven, wiederholten Belastungen.

Der Effekt tritt bei einer täglichen Aufnahme von 3 g Kreatin ein.

Bei Erwachsenen über 55 Jahren kann die tägliche Einnahme von 3 g Kreatin in Kombination mit regelmäßigem Krafttraining die Wirkung auf die Muskelkraft unterstützen.

### Anwendung - Empfohlene Tagesdosis

Siehe letzte Seite.

### Inhaltsstoffe

Kreatin Monohydrat.

# Kreatin Monohydrat 600 mesh

## PRODUKTINFORMATIONEN

|                                                                               |                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Form</b>                                                                   | Pulver, sehr fein gemahlen                                                                                                  |
| <b>Geruch</b>                                                                 | Geruchlos                                                                                                                   |
| <b>Farbe</b>                                                                  | Farblos                                                                                                                     |
| <b>Geschmack</b>                                                              | Neutral                                                                                                                     |
| <b>Haltbarkeit</b>                                                            | Ungeöffnet bei 20 Grad Celsius mindestens 24 Monate                                                                         |
| <b>Lagerung</b>                                                               | Bei Raumtemperatur, trocken und lichtgeschützt lagern                                                                       |
| <b>Alkoholgehalt</b>                                                          | Nicht vorhanden                                                                                                             |
| <b>Allergene</b>                                                              | Das Produkt enthält keine kennzeichnungspflichtigen Allergene gemäß Verordnung (EU) Nr. 1169/2011 in der geltenden Fassung. |
| <b>Konservierungsstoffe</b>                                                   | Keine                                                                                                                       |
| <b>Inhaltsstoffe mit Mengenbegrenzung nach europäischem Lebensmittelrecht</b> | Keine                                                                                                                       |
| <b>Aromatisierung</b>                                                         | Keine                                                                                                                       |
| <b>BIO Produkt</b>                                                            | Nein                                                                                                                        |

|                                           |      |
|-------------------------------------------|------|
| <b>Halal</b>                              | -    |
| <b>Vegan</b>                              | Ja   |
| <b>Rohstoffe aus der EU</b>               | Nein |
| <b>Gentechnisch veränderte Organismen</b> | Nein |

### Nährwert

Dieses Produkt enthält keine Nährstoffbezugswerte (NRV) gemäß der Verordnung (EU) Nr. 1169/2011, da es sich um eine reine Substanz handelt, die keinen typischen Nährwert im Sinne der Verordnung liefert.

# Kreatin Monohydrat 600 mesh

## PRODUKTINFORMATIONEN

### Deklarationen

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren. Für Kinder, schwangere und stillende Frauen nicht empfohlen.

Das Produkt enthält pflanzliche Bestandteile und Naturstoffe, die gewissen Farbschwankungen unterliegen können. Leichte farbliche Unterschiede sowie leichte Klumpen(-bildungen), Verdichtungen und/oder Zusammenlagerungen können daher auftreten. Sie beeinflussen die Qualität des Produktes jedoch nicht.

Die empfohlene Tagesdosis bezieht sich auf eine geeignete Konfiguration der Primärverpackung (z. B. Flasche und Verschluss). Abweichende Konfigurationen der Primärverpackungen sind zu prüfen.

### Rückverfolgbarkeit

Die Rückverfolgbarkeit erfolgt über die Angabe der Chargennummer.

### Gefahrgut

Kein Gefahrgut.

### Physikalische / chemische Eigenschaften

|                      |                                                                |
|----------------------|----------------------------------------------------------------|
| <b>Ethanolgehalt</b> | 0% vol.                                                        |
| <b>Dichte</b>        | Schüttdichte: 260 g/l $\pm$ 15 g                               |
| <b>Partikelgröße</b> | 99% < 62,5 $\mu$ m<br>90% < 26,9 $\mu$ m                       |
| <b>Reinheit</b>      | Kreatin Monohydrat: $\geq$ 99,8%<br>Kreatinin: $\leq$ 1,2 mg/g |

### GVO

Gemäß der Verordnungen EG Nr. 1829/2003 und EG Nr. 1830/2003 bestätigen wir, dass das Produkt keine gentechnisch veränderten Organismen (GVO) enthält, nicht aus GVO besteht, nicht aus GVO hergestellt wurde und keine Zutaten enthält, die aus GVO hergestellt wurden, einschließlich Zusatzstoffe und Aromen.

### Bestrahlung / Begasung

Hiermit bestätigen wir, dass das Produkt sowie dessen Zutaten nach den uns vorliegenden Unterlagen und Erkenntnissen nicht mit ionisierender Strahlung oder mit Ethylenoxid behandelt wurde.

# Kreatin Monohydrat 600 mesh

## PRODUKTINFORMATIONEN

### Garantieerklärung

Das Produkt entspricht der RICHTLINIE 2002/46/EG zur Herstellung von Nahrungsergänzungsmitteln und ist nach der Lebensmittelhygieneverordnung (EG) Nr. 852/2004 produziert.

### Haftungsausschluss

Diese Spezifikation beschreibt nach bestem Wissen und Gewissen die Zusammensetzung und Eigenschaften unseres Produktes. Sie ersetzt alle vorherigen Fassungen und ist auch ohne Unterschrift gültig. Aufgrund von Rohstoffschwankungen können Abweichungen im Rahmen der guten Herstellungspraxis zur Standardisierung des Produktes nötig sein. Dieses Produkt und seine Zutaten entsprechen den deutschen bzw. europäischen lebensmittelrechtlichen Vorgaben. Die Zulässigkeit unseres Produktes kann auf bestimmte Anwendungen beschränkt sein. Es obliegt dem Abnehmer dafür Sorge zu tragen, dass die Weiterverarbeitung unseres Produktes sowie das Inverkehrbringen des damit hergestellten Lebensmittels den einschlägigen Rechtsnormen entsprechen, wobei ggf. auch besonderen Bedürfnissen, wie z.B. denen von Kindern, Rechnung getragen werden muss.

### Anwendung - Empfohlene Tagesdosis

Täglich 3-5g Kreatin in Wasser oder Saft auflösen.

### Weitere Empfehlungen

| Prinzip     | Ladephase                                                                                                                       | Erhaltungsphase                                  | Absetzphase                                                               |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| "Fast Load" | 0,3g Kreatin pro kg Körpergewicht (KG) pro Tag<br>bei 70kg: 21g Kreatin pro Tag, aufgeteilt in 4-5 Einzeldosen<br>Dauer: 5 Tage | ca. 3g Kreatin pro Tag<br>Dauer: ca. 4-24 Wochen | nach jedem Lade- bzw. Erhaltungszyklus<br>Dauer: ca. 4 Wochen oder länger |
| "Slow Load" | Total 3 (bis 5)g pro Tag, aufgeteilt auf 1-3 Einzeldosen<br>Dauer: ca. 4 Wochen                                                 | ca. 3g Kreatin pro Tag<br>Dauer: ca. 4-24 Wochen | nach jedem Lade- bzw. Erhaltungszyklus<br>Dauer: ca. 4 Wochen oder länger |

### Verpackungsinformationen

| Artikel | Artikelbezeichnung                                          |
|---------|-------------------------------------------------------------|
| 199942  | Cylindrical Jar 500ml 100CT HDPE schwarz (on trays)         |
| 290871  | S-Verschluss 100mm PP schwarz gerippt mit IHS/PP-PE-Einlage |

# Kreatin Monohydrat 600 mesh

## PRODUKTINFORMATIONEN

| Verpackung       | Anzahl Tagesdosis (TD = 5g) |
|------------------|-----------------------------|
| 250g Standbeutel | 50 TD                       |

### Individuelle Verpackungs- und Dosierungsgrößen

Je nach Anfrage besteht die Möglichkeit, Verpackungs- und Dosierungsgrößen individuell anzupassen. Ob größere Gebinde oder speziell portionierte Einheiten – wir prüfen gerne, inwieweit eine Anpassung entsprechend den Anforderungen umsetzbar ist. Für weitere Informationen und individuelle Anfragen stehen wir Ihnen zur Verfügung.

