Dane aktualne na dzień: 10-11-2026 17:15

Link do produktu: https://centrumkulturystyki.pl/total-mag-1200-110-caps-human-code-p-10028.html



TOTAL MAG+ 1200 110 caps - Human Code

Cena	**65,99 zł**
Czas wysyłki	**24 godziny**
Numer katalogowy	**32333**

Opis produktu

TOTAL MAG+ 1200 110 caps - Human Code



Sport to nierozerwalna część zdrowego i szczęśliwego trybu życia. Chociaż wybieramy różne formy aktywności, poczynając od marszów, a kończąc na treningach zawodowych, wszystkie mają jedno wspólne – nasze ciało potrzebuje odpowiedniej ilości płynów i elektrolitów, aby funkcjonować poprawnie. Jednym z najważniejszych składników jest magnez. Pierwiastek często niedoceniany, a tak niezbędny w naszym codziennym życiu.
Niestety, podczas wysiłku fizycznego, z potem tracimy duże ilości płynów i elektrolitów. Pomimo że pot jest naturalnym mechanizmem regulującym temperaturę naszego ciała, tracimy wraz z nim cenne składniki, a w nich właśnie magnez. Strata magnezu może prowadzić do szeregu nieprzyjemnych skutków. Skurcze mięśni to najbardziej powszechny symptom niedoboru magnezu, który wiele osób kojarzy z intensywnym treningiem. Jeśli cierpisz na skurcze, szczególnie po ciężkim dniu treningowym, może to być sygnał, że twoje zapasy magnezu są niskie. Mięśnie potrzebują magnezu, aby prawidłowo się kurczyć i rozkurczać, a niedobór tego pierwiastka może prowadzić do bolesnych skurczów.

Jednak magnez ma znaczenie nie tylko dla sportowców. W rzeczywistości, ten niewielki pierwiastek odgrywa kluczową rolę w wielu procesach naszego organizmu. Pomaga w regulacji ciśnienia krwi, wpływa na prawidłowe funkcjonowanie układu sercowo-naczyniowego oraz jest niezbędny w procesach anabolicznych, takich jak odbudowa i rozbudowa tkanek mięśniowych.

Wielu z nas nie zdaje sobie sprawy, że nawet codzienne sytuacje, takie jak stres, mogą wpływać na poziom magnezu w naszym ciele. W rzeczywistości, stres może nasilać objawy niedoboru tego pierwiastka, tworząc błędne koło, w którym niski poziom magnezu prowadzi do zwiększonej reakcji na stres, a stres z kolei obniża poziom magnezu.

Aby uniknąć niedoborów magnezu, ważne jest regularne spożywanie produktów bogatych w niego lub, w razie potrzeby, śmiało sięgnij po Total Mag+ 1200. Jednak nie zapominajmy, że równie ważne jest utrzymanie odpowiedniego poziomu nawodnienia i dbanie o równowagę elektrolitów, aby Twój trening był nie tylko efektywny, ale także bezpieczny.
Kolejną kwestią jest synergia międzyzwiązkowa. Gdy magnez jest przyjmowany razem z witaminą B6, absorpcja magnezu w przewodzie pokarmowym jest zwiększona. Ponadto witamina B6 może zwiększać efektywność transportu magnezu do komórek i jego w nich zatrzymanie. Dlatego połączenie obu tych składników może być szczególnie korzystne dla osób cierpiących na niedobory magnezu.

Połączenie magnezu z witaminą B6 oferuje synergiczne korzyści, które mogą przynosić ulgę w wielu dolegliwościach oraz wspomagać ogólną równowagę biochemiczną w organizmie.

Reasumując. Jeśli chcesz cieszyć się pełnią zdrowia i energii, dbaj o odpowiedni poziom magnezu w swojej diecie i pamiętaj o odpowiednim nawodnieniu podczas każdego intensywnego wysiłku fizycznego. To niewielki wysiłek, który może przynieść ogromne korzyści dla twojego zdrowia, samopoczucia i znakomitej formy sportowej.

Dlaczego Human Code Total Mag+ 1200?

wpływa na poprawę wydolności fizycznej
usprawnia procesy produkcji energii
reguluje gospodarkę elektrolitową
zwiększa wrażliwość na przewodnictwo nerwowe, skurcze mięśni oraz pracę serca
usprawnia regenerację potreningową
zwiększa koncentrację
poprawia zdolności poznawcze i redukuje stres

Składniki aktywne

w Ilość (1 kaps.) ; Ilość (2 kaps.) | % RWS* (2 kaps.)
Cytrynian magnezu | 1200 mg ; 2400 mg –
w tym: Magnez | 188 mg ; 376 mg 100%
Witamina B6 (chlorowodorek pirydoksyny) | 4,2 mg ; 8,4 mg 600%

Składniki: Cytrynian magnezu, chlorowodorek pirydoksyny (witamina B6), żelatyna wołowa (substancja osłonkowa). Produkt może zawierać śladowe ilości laktozy, glutenu, orzechów. W zakładzie przetwarza się mleko, jaja, ryby, soję, skorupiaki, orzechy, gluten, łubin oraz sezam.

Sposób użycia

Stosowanie: Zalecane dzienne spożycie: 2 kapsułki dziennie

Ostrzeżenie

Nie należy przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia. Produkt nie może być stosowany jako substytut zróżnicowanej diety. Produkt nie jest przeznaczony dla dzieci, kobiet w ciąży oraz karmiących piersią. Zrównoważona dieta i zdrowy styl życia są ważne. Produkt może zawierać śladowe ilości laktozy, glutenu, orzechów. W zakładzie przetwarza się mleko, jaja, ryby, soję, skorupiaki, orzechy, gluten, łubin oraz sezam.

Sposób przechowywania

Przechowywać w suchym pomieszczeniu, w zamkniętym opakowaniu, w temp. 15-25 stopni celsjusza, w miejscu niedostępnym dla małych dzieci.

Minimalny termin przydatności do spożycia: Przynajmniej pół roku

PRODUCENT: PROGRES Spółka Jawna Jacek Kujko i Wspólnicy ul. Akcent 26b, 01-937 Warszawa Polska/POLAND.