

FR Recommandation: Mélangez 4,5 g de poudre (1 cuillère) avec 200 ml d'eau dans un shaker. Prenez une dose par jour, idéalement au petit-déjeuner, avant ou après l'entraînement. Une prise de poids peut survenir lors de la prise de créatine. Prenez la créatine pendant 12 semaines, puis faites une pause de 4 semaines avant de reprendre la prise. Ne dépassez pas la dose journalière recommandée. Ce produit ne convient pas aux enfants ni aux femmes enceintes. Tenir hors de portée des jeunes enfants. Ce produit ne se substitue pas à une alimentation variée et équilibrée et à un mode de vie sain. **Ingédients:** Monohydrate de créatine, inuline, correcteur d'acidité (acide citrique), arôme naturel, édulcorant (sucralose), colorant (concentré de paprika, carotte, concentré de carotte et de cassis), vitamine B12 (maltodextrine, cyanocobalamine). **Complément alimentaire à base de monohydrate de créatine.**

Avec édulcorant. Arôme: Fruits rouges. IT Raccomandazione: Mescolare 4,5 g di polvere (1 misurino) con 200 ml di acqua in uno shaker. Assumere una porzione al giorno, idealmente a colazione, prima o dopo l'allenamento. L'assunzione di creatina può causare aumento di peso. Assumere la creatina per un periodo di 12 settimane. Quindi, fare una pausa di 4 settimane. Dopodiché, riprendere l'assunzione di creatina. Non superare la dose giornaliera indicata. Questo prodotto non è adatto a bambini o donne in gravidanza. Tenere fuori dalla portata dei bambini piccoli. Questo prodotto non sostituisce una dieta equilibrata e varia e uno stile di vita sano. **Ingredienti:** Creatina Monoidrato, inulina, regolatore di acidità (acido citrico), aroma naturale, edulcorante (sucralosio), colorante (concentrato di paprika, carota, concentrato di carota e ribes nero), vitamina B12 (maltodestrina, cianocobalamina). **Integratore alimentare con creatina monoidrato. Con dolcificante. Gusto: Frutti di Bosco. ES Recomendación:** Mezclar 4,5 g de polvo (1 cacito) con 200 ml de agua en un mezclador. Tomar una porción al día, idealmente con el desayuno, antes o después del entrenamiento. Puede producirse un aumento de peso al tomar creatina. Tomar creatina durante un período de 12 semanas. Luego, tomar un descanso de 4 semanas. Después de eso, reanudar la toma de creatina. No exceder la ingesta diaria indicada. Este producto no es apto para niños ni mujeres embarazadas. Mantener fuera del alcance de los niños pequeños. Este producto no sustituye una dieta equilibrada y variada ni un estilo de vida saludable. **Ingredientes:** Monohidrato de creatina, inulina, correcteur d'acidité (acide citrique), arôme naturel, édulcorant (sucralose), colorant (concentrado de pimentón, zanahoria, concentrado de zanahoria y grosella negra), vitamina B12 (maltodextrina, cianocobalamina). **Complemento alimenticio con monohidrato de creatina. Con edulcorante. Sabor: Mezcla de frutos rojos.**

Ungeöffnet und trocken aufbewahrt, mindestens haltbar bis /Lot-Nr.: Siehe Boden. Not opened and stored dry best before end/Lot-Nr.: see bottom.



Ungeöffnet und trocken aufbewahrt, mindestens haltbar bis /Lot-Nr.: Siehe Boden.
Not opened and stored dry best before end/Lot-Nr.: see bottom.

*pro Portion/per serving
3000 MG
CREATIN

55
PORTIONEN

NO ADDED SUGAR

250g

BERRY MIX FLAVOR

CREATINE

FLAVORED
MONOHYDRATE



Servivorschlag

all stars nutrition

Nährwertangaben/Supplement Facts	pro 100g	pro Portion (4,5g)
Creatin Monohydrat/Creatine Monohydrate	78g	3500mg
davon Creatin/Creatine/ Créatine/ Creatina	67g	3000mg
Vitamin B12/ Vitamine B12/ Vitamina B12	2221° 56µg	100° 2,5µg

DE Verzehrempfehlung: 4,5g Pulver (1 Messlöffel) mit 200ml Wasser in einem Shaker mixen. 1 Portion täglich, am besten zum Frühstück, vor oder nach dem Training. Durch die Einnahme von Creatin kann eine Gewichtszunahme erfolgen. Creatin über einen Zeitraum von 12 Wochen einnehmen. Danach die Einnahme für 4 Wochen unterbrechen. Anschließend Creatin Anwendung wiederholen. Die angegebene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Das Produkt ist für Kinder und Schwangere nicht geeignet. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren. Kein Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise. **Zutaten:** Creatin Monohydrat, Inulin, Säuerungsmittel Zitronensäure, natürliches Aroma, Süßungsmittel Sucralose, Lebensmittel-Farbstoff (Konzentrat aus Paprika, Karotte, Konzentrat aus Karotte und schwarzer Johannisbeere), Vitamin B12 (Maltodextrin, Cyanocobalamin). **Nahrungsergänzungsmittel mit Creatin Monohydrat. Mit Süßungsmittel.**

Geschmack: Beeren Mix. UK Recommendation: Mix 4,5g powder (1 scoop) with 200ml water in a shaker cup. Take 1 serving daily. Consume for breakfast, before or after your workout. Take Creatine for 12 weeks followed by 4 weeks off. Then repeat cycle. If you are pregnant, planning to become pregnant, breast feeding, taking any prescription medication, or have a medical condition, consult your physician before using any product. This product is not intended to diagnose, treat, cure or prevent any disease. Do not exceed recommended dosage. Keep out of reach of children. **Ingredients:** Creatine Monohydrate, inulin, acidity regulator (citric acid), natural flavouring, sweetener (sucralose), colouring food (concentrate of paprika, carrot, concentrate of carrot and blackcurrant), vitamin B12 (maltodextrin, cyanocobalamin). **Food supplement with Creatine Monohydrate. With sweetener. Taste: Berry Mix.**

Art.-Nr. 3291 05/26
Hergestellt für: ALL STARS Fitness Products GmbH
Bachstrasse 99, DE-82380 Peißenberg, Hotline +49 8803/637 40

Inhalt/Content
250g e



Importeur CH/FL: ICM, Wirtschaftspark 31, Postfach 55, 9492 Eschen/FL