

Nährwerte/Nutrition Facts/Supplement Analyse
Informazioni Nutrizionali/Διατροφικά Στοιχεία
Skład/Odzywki/Nutrični Hodnoty/Valores nutricionales

	pro/per 100g	pro/per Portion (30g)°	pro/per Portion (30g)°°
Energie/Energy/Énergie/Energia ενέργεια/Wartość Energetyczna Energetická Hodnota	1604kJ (379kcal)	481kJ (113kcal)	1068kJ (254kcal)
Fett/Fat/Lipides/Grasas Grassi/Λιπαρά/Tłuszcz/Tukey	6,3g	1,9g	6,4g
davon gesättigte Fettsäuren Of which Saturates/Dont Acides Gras Saturés Di Cui Acidi Grassi Saturi/Κεκορεσμένα Λιπαρά Tłuszczowe Z Toho Nasycone Maślné Kyseliny W Tym Nasycone Kwasy/Acidos grasos saturados	2,7g	0,8g	3,8g
Kohlenhydrate/Carbohydrate/Glucides/Carboidrati Υδατάνυδακς/Węglowodany/Sacharidy/Carbohidratos	6,4g	1,9g	16,3g
davon Zucker/Sugar/Dont Sucre Di Cui Zucchero/Zάχαρος/ W Tym Cukry/Z Toho Cukr/Azúcar	3,7g	1,1g	15,5g
Eiweiss/Protein/Protéines/Proteine Πρωτεΐνη/Białko/Bilkoviny/Proteína	73,6g	22,1g	32,3g
Salz/Salt/Sel/Sale/άλάτι/Sol/Sül/Sal	0,87g	0,26g	0,65g

° 30g Pulver/powder in 250ml Wasser/water
°° 30g Pulver/powder in 300ml fettarmer Milch (1,5% Fett) / low fat milk (1.5% fat)

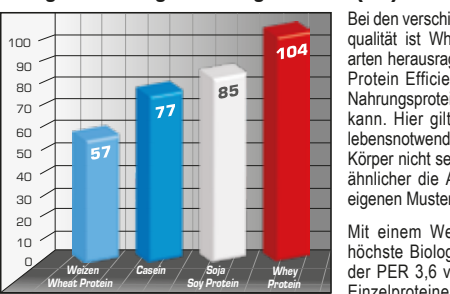
Exclusive agent in Middle East: DR. NUTRITION

كبرى الصناعات اليومية: 30 جرام يوميا (أكياس واحد)،
المكونات: بروتين مصال الحليب المركز 90.37% بروتين مصال الحليب المعزول 5%، نكهة الفروالة، مكثف صمغ الزانتان، مستحلب،
ليسيثين صويا، عامل خميرة، حمض الستريك، صلبات: أسيسولفام بوتاسيوم و سكرالوز، ملح، عامل فصل، ثاني أكسيد السليكون، البابين،
البروميلين، سبيبات الحساسية: يحتوي الحليب، الصويا وقد يحتوي على الجلوتين والبيض
لا يؤخذ من طرف المرأة الحامل أو المرضع، لا يؤخذ في حالة الحساسية من هذه المصادر الغذائية. يجب استشارة الطبيب إن كنت تأخذ أي أدوية
أو لديك أي حالة مرضية

طريقة الاستخدام: تخرج حصة واحدة (30 جرام) مع 250 مل من الماء وتخلط جيدا وتؤخذ قبل أو بعد التحريك مباشرة – المكمل موجود داخل العبوة،
يحفظ في درجة حرارة أقل من 25 درجة مئوية في مكان بارد وجاف، التعرض المباشر لأشعة الشمس أو الرطوبة قد يسبب تلف المنتج)، صنع في
ألمانيا بواسطة ألونا جي إم بي، اتش لصالح آل ستار فنتس،
الوكيل المصري في الشرق الأوسط: دكتور يونترش، – المستورد في المملكة العربية السعودية مؤسسة أنظمة التغذية الحديثة.

Recomendaciones: Añade usted 30g (1 cucharada) a 250ml de agua o 300ml de leche fría y
mezclar en una batidora. Tome usted hasta 1 porción diario. Consumirse antes del deayuno, antes
e inmediatamente después del entrenamiento. No exceda la dosis recomendada. Mantener fuera
del alcance de los niños. **Ingredientes:** Concentrado de proteína de suero (leche), aislado de proteína de
suero (leche), aroma, espesante (goma xantana), emulgente (lecitina), sal, edulcorantes (acesulfamo K,
sucralosa), acidulante (ácido cítrico), colorante (cártamo concentrado), bromelina, antiaglomerante (dióxido
de silicio), papaina. Puede contener trazas de **gluten**, **huevo** y **soja**.

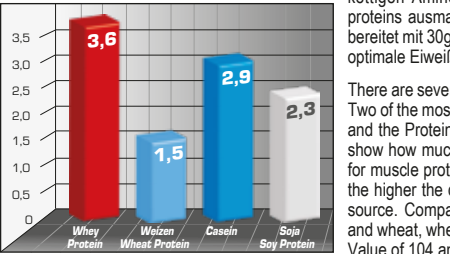
Biologische Wertigkeit/Biological Value (BW)



Bei den verschiedenen Methoden zur Bestimmung der Protein-qualität ist Whey-Protein im Vergleich zu anderen Protein-arten herausragend. Die Biologische Wertigkeit (BW) und der Protein Efficiency Ratio (PER) geben an, wie effizient ein Nahrungsprotein in körpereigenes Protein umgesetzt werden kann. Hier gilt: Je höher die Zahl, desto besser. Je mehr lebensnotwendige Aminosäuren (= Eiweißbausteine, die der Körper nicht selbst herstellen kann) das Protein enthält und je ähnlicher die Aminosäuren-Zusammensetzung dem körpereigenen Muster ist, desto hochwertiger ist das Eiweiß.

Mit einem Wert von 104 verfügt Whey-Protein über die höchste Biologische Wertigkeit aller Eiweißrohstoffe. Auch der PER 3,6 von Whey-Protein übertrifft den Wert anderer Einzelproteine deutlich.

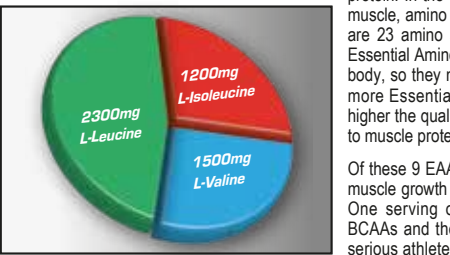
Protein Efficiency Ratio (PER)



Whey-Protein enthält zudem einen hohen Gehalt an verzweig-kettigen Aminosäuren (BCAAs), die etwa 1/3 des Muskel-proteins ausmachen. Ein Shake WHEY-PROTEIN 100%, zubereitet mit 30g Pulver, liefert 5000mg BCAAs und ist somit die optimale Eiweißquelle für den ernsthaft trainierenden Athleten.

There are several different methods to measure protein quality. Two of the most important factors are the Biological Value (BV) and the Protein Efficiency Ratio (PER). These measurements show how much of a protein source can be used by the body for muscle protein synthesis. The higher the BV and the PER, the higher the quality of the protein in the food or supplement source. Compared to other protein sources like soy, casein, and wheat, whey protein is the leading protein with a Biological Value of 104 and a PER of 3.6.

Branched Chain Amino Acids (BCAA)



Another important measure is the amino acid structure of the protein. In the same way that protein is the building block for muscle, amino acids are the building blocks for protein. There are 23 amino acids in a "complete protein", 9 of which are Essential Amino Acids (EAAs) and cannot be produced by the body, so they must be synthesized from dietary sources. The more Essential Amino Acids a protein source contains, the higher the quality of the protein, and the more it will contribute to muscle protein synthesis.

Of these 9 EAAs, the 3 that make the largest contributions to muscle growth are the Branched Chain Amino Acids (BCAA). One serving of WHEY-PROTEIN 100% delivers 5000mg BCAAs and therefore it's the perfect protein supplement for serious athletes looking to maintain or build lean muscle.

Aminosäurenprofil/Amino Acid Profile pro Portion (30g) / per Serving (30g)

L-Alanin	1,1g	L-Histidin	0,4g	L-Prolin	1,3g
L-Arginin	0,5g	L-Isoleucin	1,2g	L-Serin	1,2g
L-Asparaginsäure	2,3g	L-Leucin	2,3g	L-Threonin	1,6g
L-Cystein	0,5g	L-Lysin	2,0g	L-Tryptophan	0,3g
L-Glutaminsäure	3,7g	L-Methionin	0,5g	L-Tyrosin	0,6g
L-Glycin	0,4g	L-Phenylalanin	0,7g	L-Valin	1,5g

100%*
WHEY

PREMIUM QUALITY PROTEIN FORMULA

5000mg BCAAs+ FROM WHEY PROTEIN

NO ADDED SUGAR°

75
PORTIONEN
SERVINGS

Geschmack / Taste
PINA COLADA

Geschmack
PINA COLADA

* 100% des Proteins stammen aus den Molkeproteinrohstoffen
Wheyprotein-Konzentrat und Wheyprotein-Isolat

Servievorschlag/Abb. symbolisch

4 250031 312238

LUST AUF MEHR?
ALL-STARs.DE

f @

Verzehrempfehlung: 30g Pulver (1 Dosierlöffel = 1 Portion) mit 250ml Wasser oder 300ml Milch in einem Shaker mixen. Trinken Sie 1 Shake täglich, am besten zum Frühstück, als Zwischenmahlzeit, vor oder direkt nach dem Training. Ausserhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren. Kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise. Den praktischen ALL STARS Shaker Cup können Sie auf www.all-stars.de oder telefonisch unter +49(0)8803/63740 bestellen. **Zutaten:** Molkeneiweiss-Konzentrat, Aroma, Verdickungsmittel Xanthan, Emulgator Lecithine, Salz, Süssungsmittel (Acesulfam K, Sucralose), Säuerungsmittel Citronensäure, Farbstoff Konzentrat aus Saflor, Bromelain, Trennmittel Siliziumdioxid, Papain. Kann Spuren von **Gluten**, **Ei** und **Soja** enthalten.

Recommendation: Add 30g powder (1 scoop = 1 serving) to 250ml water or 300ml milk and mix in a shaker cup. Consume 1 shake daily (more if needed) preferably for breakfast, during the day, before or immediately after your workout. If you are 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. Keep out of reach of children. **Ingredients:** Whey protein concentrate (milk), whey protein isolate (milk), flavor, thickener xanthan gum, emulsifier lecithin, salt, sweeteners (acesulfame K, sucralose), acidifier citric acid, colouring concentrate from safflower, bromelain, anti-caking agent silicon dioxide, papain. May contain traces of **gluten**, **egg** and **soy**.

Consommation recommandée: Mélanger la poudre 30g (1 cuillère à mesurer) avec 250ml d'eau ou de lait 300ml. Consommer jusqu'à 1 portion par jour, de préférence immédiatement après votre séance d'entraînement. Ne pas dépasser la dose recommandée. Tenir hors de portée des enfants. **Ingédients:** Concentré de protéines de lactosérum (lait), isolat de protéines de lactosérum (lait), arôme, épaississant : gomme xanthane, émulsifiant : lécithine, sel, édulcorants (acesulfame K, sucralose), acidifiant : acide citrique, colorant : concentré de carthame, bromélaïne, anti-agglomérant : dioxyde de silicium, papaine. Peut contenir des traces de **gluten**, **d'œuf** et de **soja**.

Dosi e modo d'uso: Mescolare 30g (1 misurino) di polvere con 250ml di acqua o 300ml di latte e assumere 1 volta al giorno, preferibilmente a colazione, prima o subito dopo l'allenamento secondo necessità. **Avvertenze:** Non superare la dose giornaliera consigliata. Non usare in gravidanza e allattamento, in caso di patologie epatiche o renali, nei bambini, o comunque per periodi prolungati senza sentire il parere del medico. Tenere fuori dalla portata dei bambini di età inferiore a 3 anni. Il prodotto va utilizzato nell'ambito di una dieta varia ed equilibrata e di uno stile di vita sano e attivo. **Ingredienti:** Proteine del siero di latte concentrate (latte), proteine del siero di latte isolate (latte), aroma, addensante xantano, emulsionante lecitina, sale, edulcoranti (acesulfame K, sucralosio), acidificante acido citrico, colorante concentrato di cartamo, bromelina, antiagglomerante biossido di silicio, papaina. Può contenere tracce di **glutine**, **uova** e **soia**.

Δοσολογία: Αναμείξετε 30g σκόνης (1 μεζούρες = 1 Δόση) με 250ml νερό ή 300ml γάλα. Καταναλώστε έως 1 δόσεις ημερησίως, κατά προτίμηση για πρωινό, πριν και αμέσως μετά την προπόνησή σας. Μην υπερβαίνετε τη συνιστώμενη δοσολογία. Να φυλάσσεται μακριά από παιδιά. **Συστατικά:** Συμπυκνωμένη πρωτεΐνη ορού γάλακτος (γάλα), απομονωμένη πρωτεΐνη ορού γάλακτος (γάλα), φυσική, Πυκνωτικό μέσο ζανθάν, γαλακτωματοποιητής λεκιθίνη, αλάτι, γλυκαντικά (ακεσουλφάμη Κ, σουκραλόζη), οδοντικό μέσο κτητικό οξύ, χρωστική ουσία συμπύκνωμα από κνίχο, βρομελίνη, αντιπηκτικό μέσο διοξείδιο του πυριτίου, παπαΐνη. Μπορεί να περιέχει ίχνη γλουτένης, αυγού και σόγιας. **ALL STARS Hellas:** Panepistimiou 57str, 105 64 Athens/GR, Greece: Tel. +30 211 1044 400, **ALL STARS, Cyprus:** Athinon 44str, 1075 Strovolos/Nicosia/CY, Tel. +357 22 422302, info@bbclub.gr, www.bbclub.gr

Sposób spożycia: Wymieszać 30g proszku (1 miarki) z 250ml wody lub mleka 300ml. Zużywać do 1 trziesię dziennie, najlepiej na śniadanie, przed i bezpośrednio po treningu. Nie należy przekraczać zalecanej dawki. Trzymać poza zasięgiem dzieci. **Składniki:** Koncentrat białka serwatkowego (mleko), izolat białka serwatkowego (mleko), aromat, zagęszczacz ksantan, emulgator lecytyna, sól, substancje słodzące (acesulfam K, sukraloza), substancja zakwaszająca kwas cytrynowy, barwnik koncentrat z krokosza barwiarzająca, bromelaina, przeciwzwybiająca substancja krzemna, papaina. Może zawierać śladowe ilości glutenu, jajek i soi. **ALL STARS Polska Centrum Odzywek i Suplementów FIT AKTIV, ul. Wawelska 5, 02-034 Warszawa/PL, Tel. 22 825 59 41, allstars@allstars.com.pl, www.allstars.com.pl**

Doporučené dávkování: Smíchejte 30g prášku (1 odměrky) s 250ml vody nebo 300ml mléka. Konzumujte až 1x denně, nejlépe na snídani, před a ihned po tréninku. Nepřekračujte doporučené dávkování. Určeno pro zvláštní výživu, nevhodné pro kojici a těhotné ženy. Skládujte mimo dosah dětí. **Složení:** Syrovátkový proteinový koncentrát (mléko), syrovátkový proteinový izolat (mléko), aroma, zahušťovadlo xanthan, emulgátor lecitin, sůl, sladidla (acesulfam K, sukrulóza), kyselina citronová, barvivo koncentrát ze světlíce barvířské, bromelain, protisrápkavá látka oxid křemíčitý, papain. Může obsahovat stopy lepek, vajec a sóji. **Dovozce pro ČR:** ALL STARS Fitness Products CZ s.r.o. Kolínská 889/17, 288 02 Nymburk/CZ, Tel. +420 602 380 068 allstars@email.cz, www.allstars.cz

Рекомендации: Смешайте 30 г порошка (1 мерные ложки) с 250 мл воды или 300 мл обезжиренного молока. Принимайте до 1 раз в день, желательно на завтрак, до и сразу после тренировки. Не превышайте рекомендуемую дневную норму. Хранить вдали от детей. **Ингредиенты:** Концентрат сывороточного белка (молоко), изоплат сывороточного белка (молоко), ароматизатор, загуститель ксантановая камедь, эмульгатор лецитин, соль, подсластители (ацесульфам К, сукралоза), подкислитель лимонная кислота, краситель концентрат из сафлора, бромелайн, антислеживающий агент диоксид кремния, папайн. Может содержать следы **глютена, яиц и сои**.

Vartojimo rekomendacija: Sumaišykite 30g miltelių (1 kaušelis) su 250ml vandens ar 300ml pieno. Vartokite iki 1 koteilui per dieną, geriausiai pusryčiams, prieš ir/arba iš karto po treniruotės. Neviršykite rekomenduojamos normos. Laikyti vaikų išvartės ir subalansuotos mitybos. **Sudėtis:** Išrūgų baltymų koncentratas (pienas), išrūgų baltymų izoliatas (pienas), aromatas, kietiklis ksantananas, emulsiklis lecitinas, druska, saldikliai (acesulfamas K, sukralozė), rūgštingumą reguliuojanti medžiaga citrinų rūgštis, dažiklis iš safloro koncentrato, bromelainas, antiadhezinė medžiaga silicio dioksidas, papainas. Gali būti **glitimo, kiaušinių ir sojos pėdsakai**.

Način primene: Razmutiti 30g praha (1 merice) sa 250ml vode ili 300ml mleka. Koristiti do 1 puta na dan. Možete koristiti za doručak, pre treninga i odmah nakon treninga. Preporučene dnevne doze se ne smeju prekoračiti. Čuvati dalje od domaćih dece. **Sastojci:** Koncentrat proteina surutke (mleko), izolat proteina surutke (mleko), aroma, zgusniivač ksantan guma, emulgator lecitin, so, zaslađivači (acesulfam K, sukraloza), regulator kiselosti limunska kiselina, koncentrat boje od safrana, bromelain, sredstvo protiv zgrudnjavanja silicijum dioksid, papain. Može da sadrži tragove **glutena, jaja i soje**. **ATP SPORT:** Tosin bunar 188/16, Belgrade, Serbia, Tel/Fax +381 11 3190 711, atpsport@eunet.rs, www.atpsport.com

+Werte pro Portion mit 250ml Wasser / Values per serving mixed with 250ml water °enthält von Natur aus Zucker / contains naturally occurring sugars

Eiweiss-Konzentrat zur Zubereitung eines Proteingetränks. Mit Süssungsmitteln. Geschmack: Pina Colada. Protein Concentrate, Drinkpowder. With sweeteners. Taste: Pina Colada. Polvere solubile con edulcoranti. Sapore: Pina Colada. Concentré de protéines en poudre avec édulcorants. Arôme : Pina Colada. Suplemento dietético con proteínas. Con edulcorantes. Sabor: Pina Colada.

Inhalt/Content/Contenu/Peso netto
περιεχόμενο/Zawartość/Obzah
Состав/Turiny/Sadržaj/Contenido:

2270 g e

75
PORTIONEN
SERVINGS

Ungeöffnet und trocken aufbewahrt, mindestens haltbar bis/Lot-Nr.: Siehe Boden. Not opened, stored cool and dry best before/Lot-Nr.: See bottom. Do not use if the seal under cap is broken. Conserver fermé dans un endroit frais et sec, voir la date de durabilité minimale/DDM-n° de lot sur le côté inférieur. Conservare in un luogo fresco e asciutto. Da consumarsi pref. entro fine/Lotto: Vedi fondo. Διατηρείται σε σκεπρό και δροσερό μέρος (απορ είναι σφραγισμένο) μέχρι/Κωδικός: αναγράφεται στη συσκευασία. Nie otwarte, przechowywane w chłodnym i suchym miejscu można spożyć do: daty podanej na spodzie Lot-Nr. Podane na spodzie. Neotvorené, v chladu a suchu uskladnené minimálnu trvanlivosť do: viz obal. Хранить в прохладном и сухом месте в закрытом виде. Срок годности/дата изготовления и № лота: см. на дне упаковки. Не использовать в случае нарушения мембраны под крышкой. Neatidaryta laikyti sausoje vėsioje vietoje. Geriausias iki/žr ant taros: ménuo, metal. Ne otvarati, čuvati na hladnom i suvom i upotrebiti pre/Lot-Br.: Upisan na pakovanju. Sin abrir, almacenado en un lugar fresco y seco. Mejor antes / No. Lote: ver tereno.

ALL STARS Fitness Products GmbH
Postfach 70 • DE-82378 Peißenberg
www.all-stars.de • ☎ +49 8803/63740