

Diätetisches Lebensmittel für intensive Muskelanstrengung vor allem für Sportler und Athleten. Mikro Feines Creatin Monohydrat Pulver.

*Dietetic food supplement for intense muscular strain especially for athletes. Fine Micronized Creatinmonohydrate powder.*

Nährwertangaben \ Nutrition facts :	Pro Portion (3 g) / per portion (3 g)	Pro 100 g \ per 100 g
Brennwert \ Energy	45 KJ (11 kcal)	1494 KJ (352 kcal)
Eiweiß \ Protein	0 g	0 g
Kohlenhydrate \ Carbohydrate	0 g	0 g
Fett \ Fat	0 g	0 g
Creatin Monohydrate	3 g	100 g

\*empfohlene Tagesdosis nach NKV und EU \ *Recommended daily intake according to the nutrition labeling guidelines of the EU.*

**Inhalt =**  
**Content =** e 500 g

Gut verschlossen, trocken und kühl lagern.\  
*Store in a cool dry place.*

Mindestens haltbar bis Ende:  
siehe Dosenboden  
*Best before the end of:  
see base*



e 500 g  
1.1 LBS



© Copyright 2009 received ZeinPharma Germany GmbH

**D Zutaten:** Creatin Monohydrat (100%).

**Verzehrempfehlung:** 4 Wochen lang täglich einen Teelöffel (3 g) in Wasser oder in kohlenhydrathaltige Getränke einrühren (z.B. Traubensaft) und verzehren. Dann eine vierwöchige Pause einlegen. An Trainingstagen am Besten 30 min vor dem Training.

**Hinweis:** Kreatin eignet sich nicht für eine Langzeiternährung sowie für Kinder, Jugendliche und Schwangere sowie für Personen mit Nierendysfunktion. Bei regelmäßiger Zufuhr kann es zu einer Gewichtszunahme kommen. **Die Höchstmenge ist generell auf 3000 mg pro Tag zu begrenzen. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren.**

**GB Direction:** Stir one teaspoon (3 g) into Water, or into a carbohydrate drink such as (i.e. grape juice) and drink it daily for four weeks. Then take a brake for 4 weeks. On workout Days it should be taken 30 min in advance.

**Advice:** Creatin is not suitable for long time usage and not for children, youths, pregnant women and people with kidney trouble. Weight can be gained, with regular usage. **The maximum dosage is 3000 mg per day. Keep out of young children's reach.**

**Made in Germany**

ZeinPharma® Brand  
Miller's-Sports® - Millers made for Winners™ registered Trademark  
web: [www.Millers-Sports.com](http://www.Millers-Sports.com) / mail: [info@zeinpharma.com](mailto:info@zeinpharma.com)

ZeinPharma Germany GmbH D-64569 Nauheim [www.ZeinPharma.com](http://www.ZeinPharma.com)