

# Creatine Monohydrate

LA MEJOR CREATINA ULTRAPURA (CREAPURE®)  
CON CERTIFICADO ANTI-DOPING

NEUTRO

- Puro Monohidrato de Creatina en polvo
- 100% Creapure® de AlzChem Trostberg GmbH
- **Con certificado antidoping por Informed-Sport**
- Mejora el rendimiento. Científicamente demostrado
- Libre de Alérgenos y Apta para Veganos



**Creatine Monohydrate** está científicamente probado como la forma de creatina existente más eficaz. La marca Creapure® creada por la empresa AlzChem Trostberg GmbH se consolida como la mejor y más pura. El Monohidrato de Creatina es el suplemento más estudiado en nutrición deportiva y ha demostrado ser eficaz amplificando los beneficios del entrenamiento, favoreciendo la producción de fuerza, la capacidad de trabajo y la recuperación (Kreider, B. et al. JISSN. 2.017).

Su sabor es neutro por lo que se puede mezclar con cualquier bebida sin alterar su sabor y su solubilidad es perfecta.

Y sin olvidar que **Creatine Monohydrate** es 100% seguro al tener la **certificación antidoping por el Informed-Sport**.

Y como todos los productos de Crown Sport Nutrition® con la máxima calidad.

**Ingredientes:** Monohidrato de creatina ultrapura (100% Creapure®).

**Modo de empleo:** comenzar con la fase de carga y luego pasar a la fase de mantenimiento. Mezclar con agua u otras bebidas no ácidas.

- **Fase de carga:** tomar de 2,5 a 5 g en 5 tomas (desayuno, almuerzo, intra entrenamiento, post entrenamiento, antes de la cena) durante un período de 5 días.
- **Fase de mantenimiento:** tomar 5 g (medio cacito) al día preferiblemente después del entrenamiento.

**Formatos disponibles:** bote de 300 g.

## INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Por toma de 5 g (medio cacito)

Creatina monohidrato	5,0	g
• de los cuales Creatina	4,4	g