



pureSGP

KREATIN

PRODUKTINFORMATION

pureSGP® Kreatin: Hochwertiges, reines Kreatin-Monohydrat für mehr Power im Alltag – geschmacksneutral und sehr gut löslich.

PRODUKTDDETAILS:

pureSGP® Kreatin ist ein mit pharmazeutischer Expertise hergestelltes hochwertiges Kreatinpulver aus der Apotheke:

- **Bioaktives Premium-Kreatin** – Das bioaktive Kreatin-Monohydrat wird aus sorgfältig ausgewählten Ausgangsstoffen unter streng kontrollierten Herstellungsbedingungen gewonnen.
- **Hohe Bioverfügbarkeit** – Das fein vermahlene Pulver kann vom Körper optimal aufgenommen werden und zeichnet sich somit durch eine hohe Bioverfügbarkeit aus.
- **Geschmacksneutral** – Geruchs- und geschmacksneutral zum Genuss in Ihrem Lieblingsgetränk.
- **Hervorragende Löslichkeit** – **pureSGP® Kreatin** löst sich sehr gut in Flüssigkeiten auf, ohne Klumpen zu hinterlassen.
- **Rein und ohne Zusätze** – Unser Kreatin basiert auf reinstem, bioaktivem Kreatin-Monohydrat und ist frei von chemischen Zusatzstoffen, Konservierungsstoffen und Süßungsmitteln. Es ist vegan, gluten- & laktosefrei.
- **Pharmazeutische Qualität aus Deutschland** – Entwickelt und produziert in Deutschland, mit höchster Sorgfalt und langjähriger Erfahrung. Jede Charge wird auf Reinheit und mikrobiologische Sicherheit geprüft.
- **Von der Marke pureSGP** – Weil Ihr Körper nur das Beste verdient. Gemeinsam mit pharmazeutischen Experten entwickeln wir reine, wissenschaftlich fundierte Rezepturen in Apothekenqualität. Für Routinen, die sich Ihrem Alltag anpassen.

WEITERE PRODUKTINFORMATIONEN:

Kreatin ist eine im menschlichen Körper natürlich vorkommende Verbindung und spielt eine zentrale Rolle in der **Energieversorgung der Muskulatur**. Es wird überwiegend in den Muskelzellen gespeichert und dort größtenteils in Form von Kreatinphosphat vorgehalten. Diese Speicherform unterstützt die schnelle Regeneration von Adenosintriphosphat (ATP) – der unmittelbaren

Energiequelle der Zellen. Dieser Mechanismus ist besonders bei kurzfristig intensiver körperlicher Belastung von Bedeutung.

Mit zunehmendem Alter verändert sich jedoch der menschliche Stoffwechsel. Dabei kann auch der natürliche Kreatinspeicher in den Muskeln abnehmen. Gleichzeitig steigt der Bedarf an Nährstoffen, die die Energiegewinnung, die Muskelfunktion und das Nervensystem unterstützen. Umso wichtiger wird es, die Muskulatur im Alltag aktiv zu unterstützen und körperlich in Bewegung zu bleiben.

Mit Energie zu mehr Power im Alltag

Unsere Muskulatur ist das größte Stoffwechselgewebe des Körpers und täglich gefordert – sei es beim Treppensteigen, Einkaufen, bei körperlicher Arbeit oder sportlicher Aktivität. Jede Bewegung benötigt Energie, die in den Zellen in Form von ATP bereitgestellt wird. Damit diese Energieversorgung auch bei kurzfristig erhöhter Belastung zuverlässig funktioniert, greift der Körper zusätzlich auf Kreatinphosphat zurück. Dieses unterstützt die schnelle Regeneration von ATP und trägt so dazu bei, die Energieversorgung der Muskeln aufrechtzuerhalten¹.

Bei Personen über 55 Jahren kann die tägliche Einnahme von Kreatin zudem die Zunahme der Muskelkraft steigern, die durch Krafttraining erzielt wird².

Aufgrund dieser Eigenschaften zählt Kreatin zu den am intensivsten untersuchten Substanzen im Bereich des Energiestoffwechsels und wird zunehmend auch im Kontext eines aktiven und gesunden Lebensstils erforscht.

Intelligente Mikronährstoffergänzung

pureSGP® Kreatin kombiniert hochwertiges Kreatin-Monohydrat mit ausgewählten Mikronährstoffen und unterstützt damit die körperliche Leistungsfähigkeit sowie zentrale Funktionen des Energie-, Nerven- und Homocystein-Stoffwechsels. Die Kombination aus Kreatin und ausgewählten Vitaminen sowie Spurenelementen ergänzt sich gezielt:



- **Zink** trägt zu einer normalen kognitiven Funktion bei⁷.
- **Vitamin B12** trägt zu einer normalen psychischen Funktion bei⁵.
- **Niacin** trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel sowie zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei³.
- **Pantothensäure** trägt zu einer normalen geistigen Leistung bei⁴.
- **Cholin** und **Vitamin B12** tragen zu einem normalen Homocystein-Stoffwechsel bei^{5,6}.

Einfach in den Alltag integrierbar

Das geschmacksneutrale Pulver ist sehr gut löslich und lässt sich flexibel in Wasser, Smoothies oder andere Getränke einrühren. So ergänzt **pureSGP® Kreatin** die Kreatinversorgung unkompliziert und lässt sich ideal in die tägliche Routine integrieren.

VERZEHREMPFEHLUNG

Täglich einen gestrichenen Portionslöffel (entspricht 4g Pulver) in 150ml Wasser einrühren und trinken.

pureSGP® KREATIN

Inhalt	Darreichungsform	PZN
240g	Pulver	20330372
360g	Pulver	20330254

VERTRÄGLICHKEIT

Das **pureSGP® Kreatin** ist gut verträglich und kann täglich verzehrt werden. Das Produkt ist vegan, gluten- und laktosefrei.

ZUTATEN

Kreatin-Monohydrat (87%), Inulin, Cholinbitartrat (5%), Zink-citrat, Nicotinamid, Calcium-D-pantothenat, Cyanocobalamin

Lagerungsempfehlung

Trocken, gut verschlossen und unter 25°C lagern. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern.

Wichtige Hinweise

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Nur für Erwachsene. Nicht für Schwangere und Stillende geeignet. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie für eine gesunde Lebensweise verwendet werden. Auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr achten.

¹ Kreatin erhöht die körperliche Leistung bei Schnellkrafttraining im Rahmen kurzzeitiger intensiver körperlicher Betätigung. Die positive Wirkung stellt sich bei einer täglichen Aufnahme von 3 g Kreatin ein.

² Gilt für Erwachsene über 55 Jahre, die regelmäßig Krafttraining betreiben. Die positive Wirkung stellt sich bei einer täglichen Aufnahme von 3 g Kreatin in Verbindung mit Krafttraining ein, bei dem die Belastung im Laufe der Zeit gesteigert wird und das mindestens dreimal pro Woche über mehrere Wochen mit einer Intensität von 65% bis 75% des Einwiederholungsmaximums (1-RM) durchgeführt wird.

³ Niacin trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel sowie zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.

⁴ Pantothensäure trägt zu einer normalen geistigen Leistung bei.

⁵ Vitamin B12 trägt zu einer normalen psychischen Funktion bei.

⁶ Cholin und Vitamin B12 tragen zu einem normalen Homocystein-Stoffwechsel bei.

⁷ Zink trägt zu einer normalen kognitiven Funktion bei.