

TOTAL RECOVERY

Máxima Recuperación

- Fórmula avanzada para maximizar la recuperación después del entrenamiento

- Minimiza el daño muscular en deportes de resistencia

TOTAL RECOVERY es un suplemento especialmente diseñado para todos aquellos atletas que necesitan maximizar su recuperación tras una intensa sesión de entrenamiento. Cada uno de sus componentes ha sido seleccionado y probado científicamente para lograr una buena recuperación y así mejorar el rendimiento en la competición o en los entrenamientos diarios.

- **Carbo-Protein Optimun Complex:** una correcta combinación entre dextrosa, aislado de proteína de suero y proteína de suero hidrolizada permite maximizar la utilización de estos nutrientes por los músculos, ya que se crean las condiciones adecuadas para que éstos alcancen rápidamente la célula y se produzca una recuperación inmediata.
- **Péptidos de Glutamina y L-Glutamina:** aminoácido fundamental para la reparación del tejido muscular y la recuperación. Además, mejora la función inmune y disminuye el "síndrome de sobreentrenamiento"
- **Aminoácidos ramificados (BCAA's):** Son aminoácidos esenciales que deben ser ingeridos en la dieta o mediante una adecuada suplementación. Imprescindibles para el crecimiento y recuperación muscular. También combaten la sensación de cansancio o "fatiga central" motivada por un desequilibrio entre la concentración de BCAA's y Triptófano.
- **Electrolitos:** en deportes de resistencia restablecer el equilibrio salino de la célula es fundamental para que se produzca una buena respuesta muscular.
- **Vitaminas:** son necesarias para una buena recuperación, sobre todo las antioxidantes para evitar el stress oxidativo producido por los esfuerzos prolongados.

Ingredientes sabor sandía: Dextrosa, aislado de proteína de suero de leche¹, Lglutamina, proteína de suero de leche hidrolizada¹, acidulante: ácido cítrico; aroma (aroma de sandía), hidróxido de magnesio, péptidos de glutamina, L-leucina, L-valina, L-isoleucina, edulcorante: sucralosa; cloruro de sodio, ácido L-ascórbico (vitamina C), difosfato(III) de hierro, niacina (nicotinamida), óxido de zinc, D-pantotenato cálcico (ácido pantoténico), piridoxina clorhidrato (vitamina B6), tiamina clorhidrato (vitamina B1), riboflavina (vitamina B2), ácido pteroilmonoglutámico (ácido fólico), d-biotina (biotina), cianocobalamina (vitamina B12), colecalciferol (vitamina D3), acetato de retinilo (vitamina A), colorantes: azorrubina, beta-caroteno; sulfato de manganeso, carbonato de cobre, yoduro de potasio, selenito de sodio. ¹Contiene leche y lactosa. Puede contener trazas de gluten, soja y huevo.

MODO DE EMPLEO: Mezclar 50 g de polvo (1 medida de cazo) con 250 ml de agua.

PRESENTACIÓN: Bote 1250g, 750g y sobres 50g.

Mix Box: 12 sobres sabores variados

SABORES: **1250g:** Sandía y Chocolate

750g: Sandía, Chocolate Summerberries, Naranja, Banana y Yogurt de limón

Sobres 50g: Sandía y Yogurt de limón.



Información nutricional	por porción (50g)
Energía	822 kJ/ 194 Kcal
Grasas	0 g
- de las cuales saturadas	0 g
Hidratos de carbono	34 g
- de los cuales azúcares	34 g
Proteínas	14 g
Sal	0,09 g
BCAAs	2,85 g
Glutamina (L-Glutamine y Péptidos de Glutamina)	2,6 g
Vitamina A	400 µg (50%*)
Vitamina D	2,5 µg (50%*)
Vitamina E	6 mg (50%*)
Vitamina C	40 mg (50%*)
Tiamina	0,55 mg (50%*)
Vitamina B2	0,7 mg (50%*)
Niacina	8 mg (50%*)
Vitamina B6	0,7 mg (50%*)
Ácido Fólico	100 µg (50%*)
Vitamina B12	1,25 µg (50%*)
Biotina	25 µg (50%*)
Ácido Pantoténico	3 mg (50%*)
Potasio	49 mg (2%*)
Calcio	55 mg (7%*)
Hierro	7 mg (50%*)
Magnesio	188 mg (50%*)
Selenio	27,5 µg (50%*)
Manganeso	1 mg (50%*)
Zinc	5 mg (50%*)
Cobre	0,5 mg (50%)
Yodo	75 µg (50%*)

% VRN = Ingesta de referencia de un adulto medio.