

Magnesium 200 Citraat

Goed opneembare organische verbinding

De kracht van Magnesium 200 Citraat

- **Magnesium is goed voor de spieren**
- **Voordelig en gebruiksvriendelijke tabletvorm**
- **Best opneembaar door organische vorm**
- **Magnesium helpt om vermoeidheid en moeheid te verminderen**

Beschrijving

Naast Magnesium Malaat is ook Magnesium 200 Citraat een goede optie bij weinig energie en een verminderde spierwerking. Waar magnesiummalaat gebonden is aan appelzuur, heeft magnesiumcitraat citroenzuur als verbindende factor. Beide zuren zijn onderdeel van de zogenoemde citroenzuurcyclus. Dit biochemische systeem staat garant voor het merendeel van de energie die ons lichaam in de cellen produceert. Bovendien blijkt uit onderzoek dat ons spierweefsel magnesiumcitraat relatief goed opneemt in verhouding met andere magnesiumverbindingen.

Magnesiumcitraat ligt qua werking dus dicht bij magnesiummalaat. Het voornaamste verschil echter; magnesiumcitraat is geen gecheleerde vorm. Hierdoor is deze vorm minder stabiel in maag- en darmstelsel. Waarom zou je deze optie dan overwegen? Die vraag is relatief simpel te beantwoorden; de grondstof magnesiumcitraat is gewoonweg voordeliger in aanschaf dan magnesiummalaat. Daarom kunnen we je de Magnesium 200 Citraat ook goedkoper aanbieden dan de Magnesium Malaat. De keuze voor Citraat kan dus louter een budget gerelateerde zijn.

Verder bieden we je de Magnesium Malaat aan in poedervorm en de Magnesium 200 Citraat in tabletvorm. Suppletie in tabletvorm zien het gros van de mensen als gebruiksvriendelijk; gehannes met water, roeren en mengen is namelijk niet aan de orde. Mocht je voorkeur dus liggen bij suppletie in tabletvorm dan raden we je de Magnesium 200 Citraat aan!

Magnesiumcitraat, -tauraat, -bisglycinaat en -malaat zijn organisch gebonden vormen van magnesium. Anorganisch magnesiumvormen zoals magnesiumchloride, magnesiumhydroxide en magnesiumsulfaat zijn minder biologisch beschikbaar, en neemt ons lichaam daardoor minder goed op. Zo heeft magnesiumsulfaat bijvoorbeeld maar een biologische beschikbaarheid van 4 procent. Dit betekent dat een dosering van 200 mg magnesiumsulfaat maar voor een luttel 8 mg effectief is.

Samenstelling per dosering (1 tablet):		RI*
Magnesium (citraat)	200 mg	53,3%

* Referentie inname

✓ **Glutenvrij**

✓ **Lactosevrij**



Dosering

Neem 1 tot 2 tabletten per dag. De aanbevolen dosering niet overschrijden.

Veiligheid

Buiten bereik en zicht van jonge kinderen houden. Droog, donker en op kamertemperatuur bewaren (15-25 °C).

Ingrediënten

Magnesiumcitraat, microkristallijne cellulose (anti-klontermiddel), stearinezuur (anti-klontermiddel), HPMC (glansmiddel), glycerol (bevochtigingsmiddel).

Bevat geen

GMO, gluten, gist, lactose, suiker, kunstmatige kleurstoffen, smaakstoffen of conserveermiddelen.

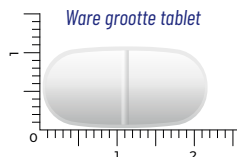


Inhoud
90 tabletten

BTW
Laag (9%)

Artikelnummer
91633

Z-indexnummer
16909623



Magnesium
150 Bisglycinaat



Magnesium
Tauraat met P-5-P



Magnesium
200 Complex



Magnesium
Malaat met P-5-P
/ Magnesium 150
Malaat



Magnesium
200 Citraat

*** Goedgekeurde gezondheidsclaims:**

- Magnesium speelt een rol bij botaanmaak en het behoud van sterke botten
- Magnesium is goed voor de gemoedstoestand, het celdelingsproces, het geheugen, de leerprestatie en het concentratievermogen
- Magnesium helpt de normale eiwitsynthese, een goede elektrolytenbalans en een normaal energieleverend metabolisme te behouden
- Magnesium is van belang voor sterke tanden
- Magnesium is goed voor de spieren en het zenuwstelsel
- Magnesium heeft een gunstige invloed op de vermindering van vermoeidheid en futloosheid

MULTI

SPORT

VIT B12

VIT C

VIT D&K

VIT OVG

MIN

MAGN

AMINO

GLUCO

VEITZ

FTTO

ANTI

NEURO

V & E

COMPLEX

PROBIO

COLL