

# Magnesium Tauraat met P-5-P

## Voor de hersenfunctie

### De kracht van Magnesium Tauraat met P-5-P

- Draagt bij aan een normale mentale performance
- Ondersteunt de vermindering van vermoeidheid
- Unieke binding van magnesium en het aminozuur l-aurine
- Met de natuurlijke vorm vitamine B6 (P-5-P)
- Magnesiumvorm met hoge opneembaarheid

### Beschrijving

Magnesiumtauraat is een combinatie van het aminozuur l-aurine en magnesium. Deze combinatie leent zich uitermate goed voor een verbetering van de gemoedstoestand, de hersenfunctie en het zenuwstelsel\*. De binding aan l-aurine maakt het namelijk makkelijker voor het magnesium om de bloed-hersenbarrière te passeren. Vervolgens is ook de opname in het hersenweefsel van magnesiumtauraat beter dan van andere magnesiumvormen.

Magnesiumtauraat is een biologische beschikbare en organisch gebonden vorm van magnesium. Anorganisch magnesiumvormen zoals magnesiumchloride, magnesiumhydroxide en magnesiumsulfaat zijn minder biologisch beschikbaar en worden daardoor minder goed opgenomen. Zo heeft magnesiumsulfaat bijvoorbeeld maar een biologische beschikbaarheid van 4 procent. Dit betekent dat een dosering van 200 mg magnesiumsulfaat maar voor een luttele 8 mg effectief is. De beste vormen die we kennen zijn magnesiumchelaten zoals, magnesiumtauraat, magnesiummalaat, magnesiumbisglycinaat.

Op een etiket dient altijd de elementaire hoeveelheid van een mineraal te zijn vermeld. De molecuulverbinding van magnesiumtauraat bevat 8 procent elementair magnesium. Dat lijkt misschien weinig, maar een elementaire hoeveelheid van magnesium van 60 mg dat afkomstig is uit 625 mg magnesiumtauraat wordt vele malen beter door het lichaam opgenomen dan dezelfde hoeveelheid elementair magnesium gebonden aan bijvoorbeeld oxide of sulfaat. En dat is het relevante criterium voor magnesium: de opneembaarheid, niet de hoeveelheid!

De vitamine B6 in deze formule zorgt voor een verbeterde opname van magnesium. Daarnaast is B6 onder andere goed voor de aanmaak van rode bloedcellen, de eiwitproductie en cysteine aanmaak. Pyridoxaal-5-fosfaat (de biologisch actieve, co-enzymatische vorm van vitamine B6) heeft een betere biologische beschikbaarheid en is veiliger dan pyridoxine.

| Samenstelling per dosering (1 vegan capsule): |        | RI* |
|-----------------------------------------------|--------|-----|
| Magnesium (tauraat)                           | 60 mg  | 16% |
| L-Taurine (magnesiumtauraat)                  | 625 mg | **  |
| Vitamine B6 (pyridoxaal-5-fosfaat)            | 0,7 mg | 50% |

\* Referentie inname \*\* Geen RI vastgesteld

✓ **Glutenvrij**

✓ **Lactosevrij**



### **Dosering**

Neem 1 tot 4 capsules per dag. Aanbevolen dosering niet overschrijden.

### **Veiligheid**

Dit voedingssupplement is niet geschikt voor kinderen onder de 1 jaar.

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

### **Ingrediënten**

Magnesiumtauraat, hypromellose (capsule), magnesium stearaat (anti-klontermiddel), Pyridoxaal-5-fosfaat (Vitamine B6).

### **Bevat geen**

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



**Inhoud**  
90 vegan capsules

**BTW**  
Laag (9%)

**Artikelnummer**  
9006

**Z-indexnummer**  
15266370

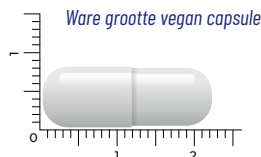


**Inhoud**  
180 vegan capsules

**BTW**  
Laag (9%)

**Artikelnummer**  
91442

**Z-indexnummer**  
16894561



**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
- Vitamine B6 is o.a. goed voor de aanmaak van rode bloedcellen, de eiwitproductie en cysteïne aanmaak

|             |
|-------------|
| MULTI       |
| SPORT       |
| VIT B12     |
| VIT C       |
| VIT D&K     |
| VIT OVG     |
| MIN         |
| <b>MAGN</b> |
| AMINO       |
| GLUCO       |
| VEITZ       |
| FTTO        |
| ANTI        |
| NEURO       |
| V & E       |
| COMPLEX     |
| PROBIO      |
| COLL        |