

BETA-ALANINE



ELITE SPORTS

INCREASE CARNOSINE LEVELS



LACTIC ACID INHIBITOR

DESCRIPCIÓN

La **BETA-ALANINA** (β -ALA) es un componente de los péptidos naturales carnosina y anserina y también del ácido pantoténico. Se sintetiza in vivo por degradación del dihidrouracilo y de la carnosina. La β -ALA es un precursor limitante de la tasa de síntesis de la carnosina. La acidez muscular se debe a la aparición de la fatiga muscular en forma del tan conocido ácido láctico. La β -ALA al ser un precursor de la carnosina hace que la carnosina atenúe los efectos negativos del ácido láctico.

Es por ello que la β -ALA se ha convertido en un suplemento muy popular entre atletas y deportistas que buscan una mayor resistencia en sus entrenamientos y competiciones donde la demanda de intensidad es muy alta como es el culturismo, ciclismo, triatlón, crossfit o atletas de pista ya sean velocistas, mediofondistas incluso fondistas donde en sus entrenamientos trabajan en forma de intervalos donde se produce grandes cantidades de lactato.

La ingestión de beta-alanina produce en personas no acostumbradas a su consumo y solo en algunos casos sensación de hormigueo en los dedos y manos, esto no debe preocuparnos ya que remite en unos minutos.

BETA-ALANINE nos aporta β -ALA de la mayor calidad para cumplir con nuestros propósitos deportivos.

PRESENTACIÓN

Envase de 250 g. Sin sabor.

INGREDIENTES

Beta-alanina. **ADVERTENCIAS:** Mantener en lugar fresco y seco, el calor y el sol pueden dañar el envase. Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. No superar la dosis diaria expresamente recomendada. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustituto de una dieta equilibrada. No debe ser consumido por mujeres embarazadas ni niños menores de 12 años. La Beta-Alanina puede causar una sensación de hormigueo inofensivo y temporal en la piel para algunas personas.

MODO DE EMPLEO

Tomar una dosis diaria (2,5 g) en 150ml de agua 30 minutos antes del entrenamiento y preferentemente con el estómago vacío.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Cantidad por dosis	Por 2,5 g
Beta-alanina	2,5 g

Dosis diaria recomendada: 2,5 g (1/3 dosificador)
Dosis por envase: 100