

## BIO MOLKENPROTEIN



## PROTÉINE DE LACTOSÉRUM BIO

Bio Whey Protein ist ein naturbelassenes Molkenprotein-Getränkpulver mit hohem Proteingehalt für Personen mit erhöhtem Energie- oder Nährstoffbedarf. Es dient der Zunahme und dem Erhalt von Muskelmasse, insbesondere im Sport und in der Physiotherapie. Es eignet sich, unter Berücksichtigung einer ausgewogenen Ernährung, speziell für Personen, die Krafttraining (Bodybuilding) betreiben, Ausdauerathleten, Vegetarier und Senioren.

Dieses Bio-Molkenproteinkonzentrat 80% wird gemäss der EU Öko-Verordnung Nr. 834/2007 sowie deren gültigen Änderungsverordnungen durch produktsschönende Sprühtrocknung aus ultrafiltrierter Bio-Molke hergestellt. Es ist bei der Verarbeitung weder mit starker Hitze noch mit schädlichen Säuren/Chemikalien behandelt worden, was die Proteine und Aminosäuren in ihrem natürlichen Zustand belässt und sie somit schonet. Es sind keine Zusatzstoffe wie Süssungsmittel, Farbstoffe, Konservierungsmittel, Aromen oder Verdickungsmittel enthalten. Bio Whey Protein ist vegetarisch. Das Produkt enthält **Lactose** (Milchzucker) und **Milchprotein**.

### Einnahmeempfehlung\*

Alle 3-5 Stunden 1 Messlöffel (1 Portion) Bio-Molkenprotein (30 g Pulver) in gelöster Form einnehmen. Lösen Sie die Pulverportion in 2.5 dl Wasser auf und schütteln Sie gut. Wir empfehlen Ihnen, eine zubereitete Portion unmittelbar nach dem Kraft- und Ausdauertraining einzunehmen.

\*Unter Berücksichtigung und Miteinbezug einer ausgewogenen und abwechslungsreichen Ernährung und einer gesunden Lebensweise.

Zutaten / Ingrédients: <b>Bio-Molkenretentat / Lactosérum rétentat Bio</b>			
Nährwertangaben (Mittelwerte) / Valeurs nutritionnelles (moyennes)			
	Pro / par 100 g	Pro / par Portion 30 g	% Tageszufuhr <sup>1</sup> / % Apport journalier <sup>1</sup> pro/par Portion (30 g)
Energie	1561 kJ (373 kcal)	468 kJ (112 kcal)	6%
Fett / Lipides - davon gesättigte Fettsäuren dont acides gras saturés	4,5 g 3 g	1,4 g < 1 g	2% 5%
Kohlenhydrate / Glucides - davon Zucker (Lactose) dont sucres (lactose)	10 g 10 g	3 g 3 g	1% 3%
Nahrungsfasern / fibres alimentaires	0 g	0 g	
Protein / Protéines	76 g	23 g	46%
Salz / sel*	0,8 g	0,2 g	4%

\* ausschliesslich auf die Anwesenheit natürlich vorkommenden Natriums zurückzuführen  
\* exclusivement due à la présence de sodium présent naturellement

Bio Whey Protein est une boisson en poudre à base de protéine de lactosérum biologique, riche en protéine, idéal pour les personnes ayant des besoins nutritionnels ou énergétiques accrus. Elle est utilisée pour augmenter et préserver la masse musculaire, en particulier dans le sport et dans la physiothérapie. Elle convient, tout en tenant compte d'une alimentation équilibrée, spécialement aux personnes qui exercent la musculation, aux sportifs d'endurance, aux végétariens et aux personnes âgées.

Cette protéine de lactosérum bio concentrée 80%, est produite selon le règlement biologique de l'UE no. 834/2007 et ses décrets, par un séchage doux par pulvérisation à partir de lactosérum ultra filtré. Elle n'a été traitée au cours de la transformation, ni avec de la chaleur excessive, ni d'acides nocifs, ni produits chimiques, ce qui laisse les protéines et les acides aminés dans leur état naturel et les préserve ainsi. Ce produit ne contient pas d'additifs, tels que des édulcorants, des colorants, des conservateurs, des arômes ou des agents épaississants. Bio Whey Protein est végétarien. Il contient du **lactose** (sucre présent dans le lait) et des **protéines de lait**.

### La posologie recommandée\*

Toutes les 3-5 heures 1 cuillère de mesure (1 portion) de protéine de lactosérum biologique (30 g de poudre). Incorporer la dose dans 2.5 dl d'eau puis bien agiter. Nous vous recommandons de prendre une portion préparée directement après la musculation et l'entraînement d'endurance.

\*En tenant compte d'une alimentation variée et équilibrée et un mode de vie sain.

<sup>1</sup>Richtwerte basierend auf einer täglichen Energiezufuhr von 8'374 kJ (2'000 kcal) bei gesunden, nicht schwangeren, nicht stillenden erwachsenen Frauen über 18 Jahren mit geringer körperlicher Aktivität. Der persönliche Bedarf variiert nach Alter, Geschlecht, Körpermasse und körperlicher Aktivität. Weitergehende Informationen erhältlich unter [www.tenseup.ch](http://www.tenseup.ch)

<sup>1</sup>Il s'agit de l'apport nutritionnel recommandé basé sur un apport journalier de 8'374 kJ (2'000 kcal) pour femmes adultes (> 18 ans), qui ne sont pas enceintes ou allaitantes et qui ont un niveau d'activité physique bas. Les besoins de chaque individu peuvent varier en fonction de l'âge, du sexe, du poids, et de l'activité physique. Informations complémentaires disponibles sur [www.tenseup.ch](http://www.tenseup.ch)

Kühl und trocken lagern  
Herkunft der Bio-Milch: Deutschland und / oder Österreich  
Produziert in Österreich nach EU Öko-Verordnung  
Vertrieb: Tense Up AG, CH-6300 Zug, Schweiz

Conserver dans un endroit frais et sec  
Origine du lait bio: Allemagne et / ou Autriche  
Produit en Autriche selon le règlement écologique de l'UE  
Distribution: Tense Up AG, CH-6300 Zug, Suisse

Bio Zertifizierung:  
AT-Bio-301



Mindestens  
Halbbar bis: siehe Boden

A consommer  
de préférence avant: voir fond



## TENSEUP®

# BIO WHEY PROTEIN

hoher Proteingehalt  
100% natürlich  
keine Zusatzstoffe

riche en protéines  
100% naturel  
sans d'additifs

Eine Portion (30g Pulver) enthält / Une portion (30g de poudre) contient

Energie 468 kJ (112 kcal) <b>6%</b>	Protein 23 g <b>46%</b>	Fett / Lipides 1,4 g <b>2%</b>	Gesättigte Fettsäuren Acides gras saturés < 1 g <b>5%</b>	Zucker*/Sucre* 3 g <b>3%</b>
---	-------------------------------	--------------------------------------	---	------------------------------------

% des Richtwertes für die Tageszufuhr eines Erwachsenen (siehe Verpackungsrückseite)  
% des repères nutritionnels journaliers pour un adulte (voir retour d'emballage)  
\*milcheigener Zucker / sucres contenus naturellement dans le lait



Inhalt / Contenu: **500g**