

SLEEP-RECOVERY

Versnelt herstel, bevordert een goede nachtrust



Sleep Recovery is een recuperatiedrank die het herstel versnelt, een goede nachtrust bevordert en de aanmaak van ons groeihormoon stimuleert .

Dit door de combinatie van de volgende actieve ingrediënten :

Maltodextrine, Gamma amino boterzuur, L-Arginine, L-Glutamine, Citroenzuur, Ornithine alpha ketoglutraat, Coenzym Q 10 en Alfa liponzuur

GABA, Gamma Aminobutyric Acid, is een aminozuur geclassificeerd als neurotransmitter (een neurotransmitter is een stof die zenuwimpulsen overbrengt via een synaps. Een synaps is een overgangsplaats waar zenuwprikkels worden doorgegeven tussen axon terminals.)

"Studies laten een 500% stijging van groeihormoonniveaus zien met slechts 5 gram GABA!"

GABA is in een hoge concentratie aanwezig in de hypothalamus, wat suggereert dat dit aminozuur een belangrijke rol speelt in de hypothalamus-hypofyse-functie. De hypothalamus is een gedeelte van het achterste deel van de hersenen en is het regulerende centrum voor viscerale (instinctieve) functies, zoals de slaapcyclus, de lichaamstemperatuur en de activiteit van de hypofyse.

De hypofyse is de belangrijkste endocriene klier, en heeft invloed op alle hormonale functies van het lichaam. Een hormoon van speciaal belang voor de sporter is het groeihormoon en de diverse hormonale bestanddelen hiervan. In vele studies is aangetoond dat het aminozuur GABA leidt tot een significante stijging in plasma groeihormoonniveaus. Zoals de meeste voedingsstudies, komt ook het onderzoek naar GABA rechtstreeks uit de medische wereld. Een studie van de First Medical Clinic aan de University of Milan in Milaan, Italië, getiteld "Effect van acute en herhaalde toediening van Gamma Aminobutyric Acid (GABA) op groeihormoon en prolactine in de mens", laat zien hoe effectief GABA is.

Geciteerde resultaten van deze studie geven aan: "In alle van de bestudeerde 19 patiënten, vergeleken met 18 controles, waren de plasma groeihormoonniveaus significant verhoogd (meer dan 5 ng/ml) door acute orale toediening van 5 g GABA."

Deze studie toonde een meer dan 5½-voudige toename in plasma groeihormoonniveaus aan, 90 minuten na toediening van GABA. Dat is een aanzienlijke stijging ongeëvenaard door andere voedingsstoffen.

De meeste geciteerde studies over aminozuren en groeihormoontoename gebruiken intraveneuze toediening. Dit is onrealistisch en sluit niet aan bij levensechte resultaten. Studies over GABA zijn uitgevoerd met zowel orale als intraveneuze toediening, waarbij via de orale route opmerkelijke effectiviteit aangetoond werd.

GABA is een natuurlijk kalmerend en anti-epileptische stof in de hersenen die gemaakt wordt van het aminozuur glutamine en glucose. Tegelijkertijd zorgt de stof ervoor dat de zwakke weerbaarheid tegen stress wordt versterkt en de ontspanning en slaap bevordert. GABA maakt dat de remfase slaap langer wordt en tijdens deze fase worden de grootste hoeveelheden groeihormoon afgegeven die zorgen voor het herstel van het lichaam. GABA kan ook zorgen voor meer spiermassa en minder lichaamsvet. Met GABA kan het mogelijk zijn om het gehalte aan groeihormonen met 500% te doen laten stijgen. Groeihormoon-releasers zoals GABA zorgen ervoor dat de groeihormoon-afgifte op een hoog peil wordt gebracht.

L-Arginine stimuleert de productie van groeihormonen uit de hypofyse en helpt op die manier bij de spiervorming en vetverbranding.

OrnithineAKG is betrokken bij de ammonia-ontgiftiging en daarom aangewezen als herstel na zware training en wedstrijden.

Gebruiksaanwijzing :

Los 1 dosis (26,45 g) (= 7 maatlepels) op in 200 ml koud water en drink liefst voor het slapen gaan.

Smaak: Cherry

Verpakking: 800 gram

Dosering: Los 1 dosis (26.45gr) (7 maatlepels) op in water en drink het liefst voor het slapen gaan.

NUT AS 2021/17

Samenstelling per 25gr

-Gaba	4 gr
-L-Argining	3 gr
-L-Glutamine	3 gr
-Ornithine alpha ketoglutaraat	1,5 gr
-Co enzym Q10	50 mg
-Alfa Glutonzuur	50 mg

