

# WHEY SHAKE

Whey proteïne is de ultieme bron van eiwitten, rijk aan branched chain amino acids, oftewel BCAA's. Whey proteïne bevat een hoge concentratie aan vertakte BCAA's, namelijk valine, leucine en isoleucine.

De Whey Shake van Sports2 voorziet het lichaam van de perfecte aminozuren (hoge kwaliteit door een goede verhouding van de verschillende aminozuren) die het lichaam nodig heeft voor spiergroei, kracht en herstel. Bodybuilders en sporters kennen allemaal het belang van goede whey proteïne supplementen om groei, kracht en herstel te bevorderen. Whey eiwitten worden immers erg goed opgenomen door het lichaam, waardoor het op die plekken komt waar het ook het meest nodig is. Whey supplementen spelen een grote rol na de training, wanneer het lichaam in een catabolische staat verkeert en snel een injectie aan eiwitten nodig heeft.

Naast de goede eigenschappen ten behoeve van spiergroei en herstel is whey eiwit ook een erg goede antioxidant dat de weerstand weet te vergroten. Wetenschappelijke onderzoeken hebben aangetoond dat regelmatig innemen van whey proteïne een beter immuunsysteem bewerkstelligt.

## Effecten van Whey

1. Toename in droge spiermassa
2. Kortere herstel en snellere spiergroei
3. Minder spieraafbraak na je training
4. Verhoogd metabolisme

Naast de hoge kwaliteit, lost de Whey Shake van Sports2 zeer goed op en behoort het tot de lekkerste whey-producten op de markt.

## Samenstelling per 100gr

-Energie/énergie	390,81 Kcal
-Energie /énergie	1640,57 KJ
-Koolhydraten/glucides	8,47 g
-Eiwitten/protéines	78,38 g
-Vetten/lipides	5,20 g

30 g = 1 maatlepel

Ingrediënten : Whey concentraat, aroma, sucralose, cacaopoeder (choco), aroma Vanilla

Verpakking: 750g