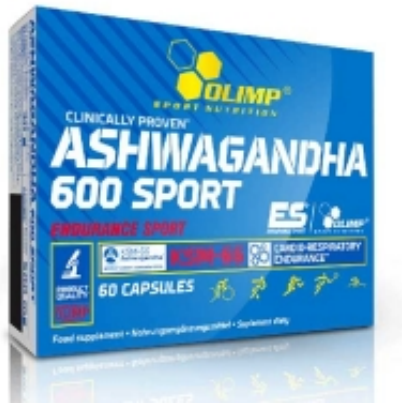
Dane aktualne na dzień: 29-03-2024 00:08

Link do produktu: https://sportowesuplementy.pl/ashwagandha-600-sport-60kaps-olimp-sport-nutrition-p-993.html



ASHWAGANDHA 600 SPORT 60kaps. - Olimp Sport Nutrition

Cena	**32,00 zł**
Dostępność	**Dostępny**
Czas wysyłki	**24 godziny**
Kod EAN	**5901330058370**
Producent	**Olimp Sport Nutrition**
Produkt	**Suplement diety.**
Uwagi	**Nie może być stosowany jako zamiennik bądź substytut zróżnicowanej diety. Nie należy przekraczać zalecanego dziennego spożycia. Produktu nie należy podawać matkom karmiącym oraz kobietom w ciąży. Przechowywać w miejscu niedostępnym dla małych dzieci.**

Opis produktu

ASHWAGANDHA 600 SPORT 60kaps. - opis

Ashwagandha (Withania somnifera) jest powszechnie znana jako indiański żeń-szeń lub zimowa wiśnia i jest jednym z najważniejszych ziół stosowanych w Ajurwedzie (system medycyny indyjskiej rozwinięty w starożytności). W tradycyjnej hinduskiej filozofii traktowana jest jako środek odmładzający, tzw. rasayna. Ajurweda opisuje rasayny jako związki niszczące starość i chorobę.

ASHWAGANDHA 600 Sport Edition z KSM-66® ma bardzo szerokie spektrum działania:
- wspomaga funkcjonowanie układu nerwowego (poprawia pamięć),
- wspomaga funkcjonowanie układu rozrodczego (wspiera funkcję seksualne),
- wspomaga funkcjonowanie układu immunologicznego (poprawa odporności komórkowej),
- posiada właściwości przeciwutleniające, które pomagają chronić komórki przed reaktywnymi formami tlenu
- składnik i dawki tożsama z tym używanym w badaniach klinicznych
- opakowanie to aż miesiąc suplementacji
- holistyczny mechanizm działania na organizm sportowca

Withania somnifera znana jest przede wszystkim z tego, że jest adaptogenem – zwiększa odporność organizmu na stres.
KSM-66® to opatentowany ekstrakt z ashwagandhy o najwyższej na świecie koncentracji związków aktywnych. Stworzenie procesu ekstrakcji do wyizolowania tak bogatego surowca zajęło producentowi aż 14 lat.

	KSM-66®	Popularne ekstrakty Ashwagandha
Związki aktywne	Ekstrakt pochodzi wyłącznie z korzeni i jest standaryzowany na najwyższą na świecie zawartość witanolidów (>5% przez HPLC). Stąd wysoka jakość terapeutyczna	Zawartość związków aktywnych może być zafałszowana dodatkiem składników z liści. Wysokie wartości związków aktywnych mogą pochodzić z mniej dokładnej analizy metodą grawimetryczną
Naturalne związki	Unikatowy proces ekstrakcji daje ekstrakt o pełnym spektrum działania, zachowując naturalne składniki rośliny w stanie nienaruszonym. Stąd jest bogaty w	Składniki często są tracone podczas ekstrakcji

	substancje odżywcze, takie jak: fruktooligosacharydy, witaminę A, aminokwasy, wapń oraz żelazo	
Proces ekstrakcji	Ekstrakcja bez użycia alkoholu lub rozpuszczalników chemicznych, w oparciu o zasady "Zielonej Chemii"	Proces ekstrakcji czasem wymaga zastosowania ostrych środków chemicznych i rozpuszczalników, spośród których ślady mają trudne do całkowitego usunięcia z produktu końcowego
Status	Certyfikowany przez United States Department of Agriculture (USDA) w 100% organiczny	Nie posiada certyfikatu organicznego, czego główną przyczyną jest używanie alkoholu do jego ekstrakcji

ASHWAGANDHA 600 Sport Edition ma bardzo szerokie spektrum działania. Pomaga utrzymać optymalną wytrzymałość i wspiera witalność organizmu. Zwiększenia odporność na stres i przyczynia się do wzrostu masy mięśniowej.

KSM-66 – zwiększa poziom LH i męskiego hormonu, jak również poprawia parametry nasienia
Badania naukowe(2) dowodzą, że KSM-66 jest skuteczny w leczeniu niepłodności i pozytywnie wpływa na profil hormonalny organizmu u mężczyzn. Po 90 dniach przyjmowania 675 mg KSM-66 dziennie w trzech porcjach oceniano u ochotników parametry nasienia i stężenie hormonów w surowicy. W grupie przyjmującej KSM-66 poprawiło się stężenie poziomu hormonów: poziom najważniejszego hormonu dla mężczyzny w surowicy wzrósł o 17% a hormon luteinizujący (LH) o 34% (ryc. 1, 2). Przypomnę, że LH u mężczyzn odpowiada za funkcjonowanie komórek śródmiąższowych jąder produkujących męski hormon. Ponadto w grupie przyjmującej KSM-66 zanotowano aż 167% wzrost ilości plemników w ejakulacie, 53% wzrost objętości nasienia i 57% zwiększenie ruchliwości plemników. Poprawa tych parametrów była minimalna w grupie placebo.

KSM-66 – zwiększa ilość beztłuszczowej masy mięśniowej i przyspiesza regenerację powysiłkową
Skuteczność KSM-66 w tym kierunku zbadano w randomizowanym, podwójnie zaślepionym, kontrolowanym placebo badaniu, w którym wzięło udział 50 trenujących siłowo młodych mężczyzn(3). Podzielono ich na dwie grupy. Pierwsza grupa mężczyzn (n=25) przyjmowała placebo, natomiast druga grupa (n=25) spożywała 300 mg KSM-66 dwa razy dziennie przez osiem tygodni.

Okazało się, że spożywanie KSM-66 znacząco poprawiło siłę, wielkość mięśni oraz zmniejszyło ilość tkanki tłuszczowej (ryc. 3, 4, 5), przyczyniło się również do przyspieszenia tempa regeneracji powysiłkowej ocenianej na podstawie zmniejszenia stężenia kinazy kreatynowej (CK) w krwiobiegu - enzymu występującego w mięśniach, którego stężenie we krwi wzrasta w chorobach przebiegających z ich uszkodzeniem.

KSM-66 – obniża poziom kortyzolu i stresu
Randomizowane, podwójnie zaślepione i kontrolowane placebo badanie przeprowadzone na 64 osobach pokazało, że KSM-66 bezpiecznie i skutecznie poprawia odporność na stres, a tym samym własną ocenę jakości życia. Ocena skuteczności stosowania KSM-66 prowadzona była po 60 dniach suplementacji 300 mg ekstraktu dwa razy dziennie(4).

Suplementacja KSM-66 przez 60 dni powodowała aż 44% spadek natężenia stresu, mierzonego za pomocą kwestionariusza PSS (Skala Odczuwanego Stresu) i obniżenie punktacji w teście GHQ-28, co świadczy o poprawie stanu zdrowia psychicznego. Ostatnim z kwestionariuszy był DASS, czyli skala depresji, lęku i stresu. W grupie przyjmującej KSM-66 doszło do obniżenia wyników odpowiadających wszystkim wymienionym wcześniej składowym.

KSM-66 – poprawia wytrzymałość oddechowo - krążeniową
Randomizowane, podwójnie zaślepione i kontrolowane placebo badanie (5), trwające 12 tygodni, przeprowadzone na 50 zdrowych atletach (kobiety i mężczyźni), u których mierzono maksymalny minutowy pobór tlenu (VO2max), pokazało, że spożywanie 300 mg KSM-66 dwa razy dziennie znacząco zwiększyło wartość VO2max w porównaniu z grupą placebo. Po 8 tygodniach prowadzenia badań różnica była na poziomie 3,49%, a po 12 tygodniach 3,81% na korzyść grupy suplementującej KSM-66.

KSM-66 – zwiększa siłę mięśni
W 8-tygodniowym, randomizowanym, podwójnie zaślepionym i kontrolowanym placebo badaniu (6), przeanalizowano wpływ suplementacji KSM na ćwiczących mężczyzn w wieku 18-50 lat.
Spożywanie 300 mg KSM-66 2 razy dziennie skutkowało znaczącym zwiększeniem siły mięśniowej, testowanej poprzez wyciskanie maksymalnego ciężaru na sztandze w leżeniu na ławce płaskiej i unoszenie maksymalnego ciężaru w ćwiczeniu: prostowanie nóg na maszynie siedząc.

ASHWAGANDHA 600 Sport Edition
Zawiera opatentowany ekstrakt z korzenia ashwagandhy (Withania somnifera L.), który korzystnie wpływa na gospodarkę energetyczną organizmu. Pomaga utrzymać optymalną wytrzymałość, zwiększa odporność na stres oraz wspiera wzrost masy mięśniowej, a także procesy uczenia i zapamiętywania. Ponadto wspomaga funkcje seksualne u mężczyzn oraz wspiera witalność organizmu.

Skład

Składniki: 60% ekstrakt z korzenia ashwagandhy KSM-66 (Withania somnifera L.), substancja wypełniająca – celuloza mikrokrystaliczna; substancje przeciwzbrylające – sole magnezowe kwasów tłuszczowych, dwutlenek krzemu; kapsułka (składniki otoczki –

żelatyna, barwnik: E 171).

Informacja żywieniowa	1 kapsułka	2 kapsułki
Ekstrakt ashwagandhy (Withania somnifera L.) **KSM-66**, w tym: 5% witanolidów	300 mg 15 mg	600 mg 30 mg

Dawkowanie

Zalecana dzienna porcja: 1 kapsułka 2 razy dziennie w trakcie posiłku, popijając dużą ilością wody.

Nie należy przekraczać porcji zalecanej do spożycia w ciągu dnia. Suplement diety nie może być stosowany jako substytut zróżnicowanej diety. Zalecany jest zrównoważony sposób żywienia i zdrowy tryb życia.

Uwaga: nie zaleca się stosowania u dzieci, kobiet w ciąży, karmiących piersią lub w przypadku nadwrażliwości na którykolwiek ze składników preparatu. W okresie stosowania preparatu nie należy spożywać alkoholu oraz stosować leków nasennych, uspokajających czy przeciwlękowych. Przechowywać w sposób niedostępny dla małych dzieci.

Zastosowanie

Przeznaczenie: jako suplement diety dla osób dążących do utrzymania na właściwym poziomie zdolności wysiłkowych, tempa regeneracji, funkcji seksualnych i kognitywnych.