

Link do produktu: <https://sportowesuplementy.pl/kompleks-b-z-cholina-i-inozytolem-60-kaps-osavi-p-2546.html>



Kompleks-B z choliną i inozytolem 60 kaps. - Osavi

Cena	28,00 zł
Cena poprzednia	34,00 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	24 godziny
Kod EAN	5904139921197
Producent	Osavi
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

Kompleks-B z choliną i inozytolem 60 kaps. - Osavi

Suplement diety **Kompleks-B** to produkt w postaci kapsułek zawierający **witaminy z grupy B** oraz **cholinę (VitaCholine®)** i **inozytol**.
Suplement zawiera **8 witamin z grupy B**:

- witaminę B1 (tiaminę),
- witaminę B2 (ryboflawinę),
- witaminę B3 (niacynę),
- witaminę B6 (pirodyksynę),
- witaminę B9 (kwas foliowy),
- witaminę B12,
- witaminę B7 (biotynę),
- witaminę B5 (kwas pantotenowy),
- oraz **cholinę i inozytol**.

Ta grupa witamin jest bardzo mocno powiązana ze sobą, a każda poszczególna witamina odgrywa inną i zarazem ważną rolę w całym organizmie, zapewniając zarówno zdrowie fizyczne, jak i psychiczne.

Kompleks Witamin B wspiera prawidłowe funkcje psychologiczne, wspomaga układ nerwowy oraz metabolizm energetyczny.

Witaminy z grupy B są **rozpuszczalne w wodzie**, wypłukiwane wraz z moczem i usuwane z organizmu, dlatego trzeba codziennie dostarczać je z pożywieniem lub w formie suplementów.

WITAMINY Z GRUPY B:

- **Tiamina (witamina B1)** - wspiera prawidłowe funkcjonowanie układu krwionośnego, uczestniczy w procesach energetycznych oraz neurofizjologicznych.
- **Ryboflawina (witamina B2)** - jest niezbędna do właściwego funkcjonowania układu odpornościowego, poprawia stan skóry, włosów i paznokci, wpływa na tempo przemian metabolicznych, a także pomaga w utrzymaniu prawidłowego stanu błon śluzowych.
- **Niacyna (witamina B3)** - bierze udział w syntezie hormonów płciowych, a także kortyzolu, insuliny i tyroksyny, uczestniczy w produkcji erytrocytów, przyczynia się do zmniejszenia uczucia zmęczenia i znużenia.
- **Kwas pantotenowy (witamina B5)** - przyczynia się do prawidłowej syntezy i metabolizmu hormonów steroidowych, witaminy D i niektórych neuroprzekaźników.
- **Witamina B6 (pirydoksyna)** - wspiera produkcję erytrocytów, wpływa na odporność organizmu oraz przewodnictwo nerwowe, przyczynia się do utrzymania metabolizmu białka i glikogenu, a także homocysteiny.
- **Biotyna (witamina B7)** - wspiera utrzymanie dobrego stanu błon śluzowych, przyczynia się do prawidłowego metabolizmu makroskładników odżywczych, stabilizuje poziom cukru we krwi, jak również pomaga zachować zdrową skórę, włosy i paznokcie.
- **Kwas foliowy (witamina B9)** - jako niezbędny do syntezy DNA przyczynia się do wzrostu tkanek macicznych w czasie ciąży, pomaga w prawidłowej syntezie aminokwasów, wspomaga również funkcjonowanie układu krwiotwórczego.
- **Witamina B12** - uczestniczy w produkcji czerwonych krwinek w szpiku kostnym, metabolizmie białek, węglowodanów i tłuszczu oraz syntezie serotoniny, niweluje zmęczenie i znużenie oraz pomaga w utrzymaniu prawidłowego poziomu homocysteiny.

Cholina (witamina B4) - wspiera metabolizm homocysteiny, bierze udział w produkcji lecytyny, bardzo istotna witamina dla pracy mózgu, odpowiada za pamięć, poprawia koncentrację i zdolność zapamiętywania.

Inozytol (witamina B8) - poprawia koncentrację, samopoczucie i ogólną kondycję psychiczną, pomaga w depresji i stanach lękowych.

Składniki:

Składniki	Porcja dzienna (1 kapsułka)	% RWS
Witamina B1 (tiamina)	25 mg	2273%
Witamina B2 (ryboflawina)	25 mg	1786%
Witamina B3 (niacyna)	25 mg	156%
Witamina B6	10 mg	714%
Kwas foliowy	200 µg	100%
Witamina B12	100 µg	4000%
Witamina B7 (biotyna)	100 µg	200%
Kwas pantotenowy	50 mg	833%
Cholina	25 mg	-
Inozytol	25 mg	-
Wartość odżywcza	1 kapsułka	w 100 g
Wartość energetyczna	2 kJ / 1 kcal	428 kJ / 105 kcal
Tłuszcz , w tym:	0 g	0,1 g
kwasy tłuszczowe nasycone	0 g	0 g
kwasy tłuszczowe nienasycone	0 g	0 g
Węglowodany , w tym:	0 g	5,1 g
cukry	0 g	0,2 g
alkohole wielowodorotlenowe	0 g	4,9 g
skrobia	0 g	0 g
Błonnik	0,2 g	46 g
Białko	0 g	0,2 g
Sól	0 g	0,09 g

Inulina, otoczka (hydroksypropylometyloceluloza), dwuwinian choliny, D-pantotenian wapnia, chlorowodorek tiaminy, ryboflawina, amid kwasu nikotynowego, inozytol, błonnik ryżowy, chlorowodorek pirydoksyny, L-metylofolian wapnia, metylokobalamina, D-biotyna.

Suplement nie zawiera: **cukru, glutenu, laktozy, soi, i GMO.**

Suplement odpowiedni dla osób na diecie **KETO.**

SUPLEMENT ODPOWIEDNI DLA WEGAN.

Zawartość:

60 kapsułek WEGAŃSKICH

Sposób użycia:

1 kapsułkę na dobę należy popić szklanką wody. Sugerowana pora przyjmowania - rano.