



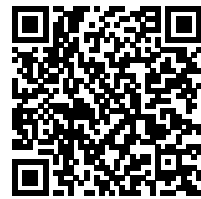
## Caffeine Gum 10 gums

Merk: 6D  
Model: 10200

5 4 2 5 0 3 9 5 2 7 2 0 8



Adviesprijs:  
€ 2,95



## BESCHRIJVING

Op zoek naar een snelle concentratie boost of meer uithouding? Deze kauwgom met een frisse muntsmaak zorgt voor een extra snelle opname van de cafeïne via het mondslijmvlies. Ideaal voor het sporten of als alternatief voor een kop koffie.

- **Snelle opname**, en al een merkbaar effect na 10 minuten kauwen.
- **50 mg cafeïne per gum**, eenvoudig te doseren, vergelijkbaar met 1 kop koffie.
- **Suikervrij**, maar toch lekker zoet van smaak.
- **Frisse muntsmaak** die de bitterheid van de cafeïne goed maskeert.
- **Handig broekzakformaat**, 10 gums per blister en dus ideaal voor onderweg.

Het is algemeen bekend dat cafeïne de mentale alertheid kan stimuleren, en vermoeidheid kan uitstellen. Daardoor kan de inname van cafeïne de prestatie in een breed spectrum van sporten verbeteren, waaronder lange-duurinspanningen, maximale inspanningen met een duur van 1 à 60 min, maar ook bij sporten met een typisch interval-karakter (bvb. 'stop-and-go' sporten zoals voetbal en tennis). De werkzame dosis van cafeïne situeert zich doorgaans tussen de 1 à 6 mg per kg lichaamsgewicht, waarbij een dosering van 50 à 75 mg (1-2 mg/kg) vooral effect heeft op de reactietijd en mentale alertheid. Om de uithouding te verbeteren zijn hogere dosissen van 100 à 300mg (2-6 mg/kg) nodig.

Naast de dosering is ook de vorm waarin de cafeïne wordt aangeboden een belangrijke overweging voor atleten. De stimulerende effecten van cafeïne aangeboden in de vorm van een "chewing gum" treden sneller op dan wanneer de cafeïne wordt ingenomen via capsules of tabletten. Het kauwen zorgt voor een onmiddellijke opname via het wanglijmvlies in de mond, met een merkbaar prestatie verbeterend effect in de eerste 15-20 minuten na inname.

Bovenstaande informatie is uitsluitend informatief/indicatief en aan wijziging onderhevig

De "6d CAFFEINE GUM" is uiterst geschikt voor alle sporters die hun mentale alertheid en uithouding willen stimuleren. Verder bevat de "6d CAFFEINE GUM" 50 mg snel-opneembare cafeïne. De snelle opname kan een extra voordeel bieden bij situaties waar het begin van de wedstrijd onbekend is en/of wanneer een (zeer) snel effect gewenst is (bijvoorbeeld tennis, invalbeurt bij teamsporten ...).

## Aanbevolen gebruik

---

Neem één kauwgom, of het aantal geadviseerd door uw voedingsdeskundige, 20 tot 60 minuten voor de inspanning. Kauw minstens 10 minuten.

Overmatig gebruik kan een laxerend effect hebben.

## SPECIFICATIES

---

### Algemeen

Aantal stuks	10
Smaak	Caffeine

Bovenstaande informatie is uitsluitend informatief/indicatief en aan wijziging onderhevig