

MULTI HEALTH SUPPORT GOLD (-B6)

Het leveren van topprestaties vraagt veel van je lichaam. Voor een sportprestatie is niet alleen energie nodig maar ook een groot aantal voedingstoffen, zoals eiwitten, vitaminen en mineralen. Fanatieke sporters verbruiken meer vitaminen en mineralen. Tegelijk is er extra verlies van micronutriënten via transpiratievocht. Gezond eten is dan ook geen luxe, maar pure noodzaak voor sporters. Als je de zekerheid wil hebben dat je alle vitaminen en mineralen in voldoende mate binnenkrijgt kun je als aanvulling op de voeding een multipreparaat gebruiken. Een goed gekozen supplement draagt bij aan een goede gezondheid. Voor sporters in een training-, herstel- of wedstrijdperiode of die een energiebeperkt dieet moeten volgen is er Multi Health Support Gold.

Multi Health Support Gold is een moderne – en hoogwaardige multivitamine die is afgestemd op de behoefte van sporters. Gezonde en gevarieerde voeding vormt de basis, Multi Health Support Gold kan essentiële (noodzakelijke) micronutriënten aanvullen. Zo bevat de capsule een ruime hoeveelheid B-vitaminen, die een belangrijke rol spelen bij het vrijmaken van energie uit koolhydraten. Foliumzuur heeft een gunstige invloed op de vermindering van vermoeidheid en moeheid. Vitamine B12 helpt bij de aanmaak van rode bloedlichaampjes. Vitamine C ondersteunt het immuunsysteem.

Multi Health Support Gold bevat Pycnogenol, een hoogwaardig extract van Pinus pinaster. Dit extract heeft goede antioxidant eigenschappen en helpt cellen te beschermen tegen oxidatieve schade.

Verschillende professionele sporters en (top)sportmedische begeleiding hebben aangegeven de voorkeur te geven aan een multivitaminepreparaat zonder vitamine B6. Multi Health Support Gold is daarom een formule zonder vitamine B6. Voor zover bekend is dit NZVT gekeurde supplement één van de weinige multivitamine die geen vitamine B6 bevat.

NZVT-GECERTIFICEERD

Multi Health Support Gold is geproduceerd volgens de (doping)normen van het NZVT systeem en bevat daarom het NZVT logo. Multi Health Support Gold kan dus met zekerheid door topsporters gebruikt worden. Zo kan de sporter zich onbezorgd concentreren op het leveren van optimale sportprestaties.

BIJZONDER INGREDIËNT

Pycnogenol™

AANVULLENDE INFORMATIE

Dit product is vrij van bekende allergenen en geschikt voor vegetariërs.

DAGELIJKS GEBRUIK

Eén (1) capsule per dag met een ruime hoeveelheid water innemen. Bij voorkeur tijdens de warme maaltijd.

HEALTH CLAIMS

- Multipreparaat afgestemd op de behoefte van (top) sporters
- Vrij van vitamine B6
- Met B-vitaminen die een gunstig invloed hebben op de vermindering van vermoeidheid en moeheid
- Foliumzuur heeft een gunstige op de vermindering van vermoeidheid en moeheid
- B-vitaminen spelen een rol bij het vrij maken van energie uit koolhydraten
- Vitamine B12 bevordert de energiestofwisseling
- Vitamine B12 helpt bij de aanmaak van rode bloedlichaampjes
- Vitamine C ondersteunt de weerstand
- Vitamine C ondersteunt het immuunsysteem
- Pycnogenol® is een antioxidant
- NZVT gekeurd voor de zuiverste prestaties

INGREDIENT	HOEVEELHEID	% RI	VERBINDING
Betacaroteen (pro vitamine A)	5 mg	104%	
Vitamine B1 (als thiamine nitraat)	1,9 mg	175%	
Vitamine B2 (als riboflavine)	2,5 mg	175%	
Vitamine B3 (als nicotinamide)	28 mg	175%	
Vitamine B5 (als calcium-D-panthotenaat)	10,5 mg	175%	
Vitamine B7 (als biotine)	50 mcg	100%	
Vitamine B9 (als foliumzuur)	350 mcg	175%	
Vitamine B12 (als cyanocobalamine in mannitol)	7,5 mcg	300%	
Vitamine C (als ascorbinezuur)	160 mg	200%	
Vitamine D3 - Quali®-D (als cholecalciferol)	10 mcg	200%	
Vitamine E (natuurlijke, als D-α-tocopheryl-acetaat)	24 mg	200%	
Vitamine K2 (natuurlijke, als menaquinon)	75 mcg	100%	

MULTI HEALTH SUPPORT GOLD (-B6)

INGREDIENT	HOEVEELHEID	% RI	VERBINDING
IJzer (als ferro-II-fumaraat)	7 mg	50%	
Jodium (als kaliumjodide)	75 mcg	50%	
Zink (als citraat)	10 mg	100%	
Chroom (als picolinaat)	40 mcg	100%	
Koper (als bisglycinaat)	1 mg	100%	
Mangaan (als bisglycinaat)	2 mg	100%	
Molybdeen (als natriummolybdaat)	50 mcg	100%	
Selenium (als L-selenomethionine)	55 mcg	100%	
Bromelaïne	25 mg	*	
Granaatappel extract	75 mg	*	
Aronia bes	75 mg	*	
Fruitcomplex	25 mg	*	
Pycnogenol® (pijnboomschorsextract)	20 mg	*	
Citrusflavonoiden	20 mg	*	

RI = Referentie-inname

* RI niet bepaald

“Premium vitamins by DSM – www.qualityforlife.com. Quali®-D is a Trademark of DSM”

“Pycnogenol® is a Trademark of Horphag Research”

TOELICHTING

Vitamines en mineralen zijn nodig voor een breed scala aan lichaamsprocessen. Denk hierbij aan ondersteuning van het energiemetabolisme, groei en herstelprocessen van de cel, bescherming tegen vrije radicalen en de zenuw- en spierfunctie. Sporters hebben een grotere behoefte aan verschillende vitamines en mineralen.

KAN INGEZET WORDEN BIJ:

- Sporters als basissuppletie ter ondersteuning en aanvulling van basisvoeding *
- Vooral bij sporters die een inadequate voedingspatroon hebben:
 - Tijdens periode van een (intensief) trainings- of wedstrijdprogramma
 - In periode van energiebeperking/ gewichtsafname
 - Vegetarische/ veganistische voeding
 - Verblijf in het buitenland/ veel reizen
 - Voedselintoleranties waarbij specifieke productgroepen worden gemeden

* Een deel van de bevolking krijgt minder vitamine A (22-38%), foliumzuur (11-41%), C (12-28%) en E (23-58%), magnesium (22-30%), kalium en zink (8-18%) binnen dan aanbevolen (Nederlandse Voedselconsumptiepeiling 2007 – 2010)

AANVULLENDE INFORMATIE:

- Uitgaan van een laag gedoseerde supplement (100-250% van ADH)
- Hoog gedoseerde supplementen kunnen het adaptatievermogen/ trainingseffect negatief beïnvloeden (antioxidanten zoals vit A en C)
- Veel sporters hebben verhoogd vitamine B6. Daarom vrij van B6
- Er is gaan bewijs dat aanvullende vitamines en mineralen de prestatie verbeteren, mits er geen sprake is van deficiënties

MULTI HEALTH SUPPORT GOLD (-B6)



Great performances require a lot of the body. Many nutrients are required in order to perform well; for example proteins, vitamins and minerals. Avid athletes consume more vitamins than minerals. At the same time they lose more micronutrients through perspiration. Eating healthy is a necessity for athletes. If you want to consume sufficient vitamins and minerals you can use a dietary supplement or a multivitamin. A well-selected supplement can contribute to good health. Multi Health Support Gold is for athletes that train, recover, are in a competition period, or are on an energy-restricted diet.

Multi Health Support Gold is a modern and high quality multivitamin that is tailored to the needs of athletes. A healthy and varied diet is the basis. Multi Health Support Gold can supplement essential micronutrients. The capsule contains a large amount of B vitamins, which play an important role in the release of energy from carbohydrates. Folic acid has a beneficial effect on the reduction of tiredness and fatigue. Vitamin B12 helps in the production of red blood cells. Vitamin C supports the immune system. Multi Health Support Gold contains Pycnogenol, a high-quality extract of Pinus pinaster. This extract contains valuable antioxidant properties and helps to protect cells against oxidative damage.

Medical support and several professional athletes have indicated that they prefer a multivitamin complex without B6. For that reason Multi Health Support Gold is a formula without vitamin B6. To our knowledge, this is one of the few NZVT tested multivitamin supplements that does not contain vitamin B6.

NZVT-CERTIFIED

Multi Health Support Gold is endowed with the NZVT logo. NZVT is an abbreviation of the 'Nederlands Zekerheidssysteem Voedingssupplementen Topsport' (Anti-Doping Authority for the Netherlands.) This certification guarantees the athlete that the dietary supplement is free of doping

SPECIAL INGREDIENT

Pycnogenol™

DAILY USAGE

One (1) capsule a day. To be consumed with a large quantity of water, preferably to be taken with a warm meal.

HEALTH CLAIMS

- A multivitamin tailored to the needs of (professional) athletes.
- Free of vitamin B6.
- Contains B-vitamins that have a beneficial effect on reducing fatigue.
- Vitamin B12 stimulates energy metabolism.
- Vitamin C supports the resistance.
- A pure performance, because this product is NZVT-certified.

INGREDIENT	QUANTITY	% RI	COMPOUND
Beta Carotene	5 mg	n.v.t.	
Vitamin B1	1,925 mg	175%	
Vitamin B2	2,450 mg	175%	
Vitamin B3	28 mg	175%	
Vitamin B5	10,50 mg	175%	
Biotin	50 mcg	100%	
Folic Acid	350 mcg	175%	
Vitamin B12	7,5 mcg	300%	
Vitamin C	160 mg	200%	
Quali®-D vitamin D3	10 mcg	200%	
Vitamin E (natural)	24 mg	200%	
Vitamin K2 (natural)	75 mcg	100%	
Iron as Fumarate	7 mg	50%	



MULTI HEALTH SUPPORT GOLD (-B6)



INGREDIENT	QUANTITY	% RI	COMPOUND
Iodine and Potassium Iodide	75 mcg	50%	
Zinc as Citrate	10 mg	100%	
Chromium as Picolinate	40 mcg	100%	
Copper as Bisglycinate	1 mg	100%	
Manganese as Bisglycinate	2 mg	100%	
Sodium Molybdate as Molybdenum	50 mcg	100%	
Selenium as L-Selenomethionine	55 mcg	100%	
Bromelaine	25 mg	n.v.t.	
Pomegranate Extract	75 mg	n.v.t.	
Apple Berry	75 mg	n.v.t.	
Fruit Complex	25 mg	n.v.t.	
Pycnogenol™	20 mg	n.v.t.	
Citrus flavoids	20 mg	n.v.t.	

@sport



MULTI HEALTH SUPPORT GOLD (-B6)



COMMENTS

Vitamins and minerals are needed for a wide range of body processes. This includes support for the energy metabolism, growth and recovery processes of the cell, protection against free radicals and the nerve and muscle function. Athletes have a greater need for various vitamins and minerals.

CAN BE USED BY

- Athletes as basic supplement to support and supplement basic nutrition. *
- Especially for athletes with an inadequate diet.
- During a period of (intensive) training or a competition program.
- During a period of weight loss or reduced energy.
- Vegetarian / vegan diet.
- Staying abroad / travelling.
- Food intolerances in which cases specific product groups are avoided.

* A part of the population takes in less vitamin A (22-38%), folic acid (11-41*), vitamin C (12-28%) and E (23-58%), magnesium (22-30%), potassium and zinc (8-18%) than recommended (Dutch food consumption survey 2007-2010).

ADDITIONAL INFORMATION

- A low dosage supplement contains 100-250% if RDA.
- High dosage supplements can negatively affect the adaptability / effect of a training (antioxidants such as vitamin A and C).
- Many athletes have high vitamin B levels. Therefore this product does not contain B6.
- There is no evidence that show that additional vitamins and minerals improve performance, provided there are no deficiencies.

