

## Notice RECUPERATION

### Récupération :

- Réduit la fatigue et redonne de la vitalité
- Favorise la récupération après les séances de sport
- Optimise l'oxygénation des muscles
- Fer bioassimilable : haute biodisponibilité
- Forme organique : fer organique lié à la spiruline
- Sans additifs et sans effets secondaires

Pour récupérer de semaines d'entraînement, l'organisme a besoin d'un ensemble de nutriments et bien sûr de sommeil. Or, certains de ces nutriments sont essentiels et indispensables au bon fonctionnement du corps. C'est le cas du fer qui joue un rôle majeur pour le système immunitaire, l'oxygénation des muscles et la qualité du sommeil. Une mauvaise récupération peut être due à un manque de fer ou des apports insuffisants, cependant, gare à la forme de fer ingérée : le fer ne doit pas entraîner d'effets secondaires et être réellement assimilé par l'organisme.

### Une formule unique

Notre produit RECUPERATION vous apporte du fer bioassimilable hautement biodisponible. Notre laboratoire a mis au point un procédé breveté qui permet d'obtenir du fer sous forme organique une fois lié et métabolisé par des microalgues (spiruline) au cours de leur culture. La spiruline qui est reconnue comme étant une source naturelle de fer contient alors davantage de fer. RECUPERATION permet à votre corps de :

- Favoriser la récupération et le sommeil réparateur
- Faire le plein de vitalité pour davantage d'énergie
- Pouvoir enchaîner les séances durant vos blocs d'entraînements

Notre formule riche en fer bioassimilable agit en profondeur pour vous apporter du fer efficace et refaire le plein de tonus et de vitalité !

De plus, nous avons conscience que le fer est un élément essentiel au bon déroulement de la grossesse. Ainsi, sous réserve d'un avis médical, notre produit FER peut être conseillé aux femmes enceintes ou allaitantes dont les besoins en fer sont augmentés.

\*fer réellement absorbé par le corps et qui ne provoque pas d'inconfort digestif. Plus d'informations dans l'onglet efficacité.

\*\* protéine qui assure le stockage du fer dans le corps. Sa concentration est mesurée pour déceler une carence en fer.

### Une composition simplifiée :

**Ingrédient unique :** Poudre de spiruline déshydratée riche en fer.

Composition nutritionnelle	Pour 1 comprimé de 1000 mg	Pour 1 comprimé % des VNR*
Valeur énergétique	3,75 kcal	0,19 %
Protéines	0,6 g	1,20 %
Lipides	0,06 g	0,09 %
Glucides	0,2 g	0,08 %
<b>Fer</b>	<b>4,2 mg</b>	<b>30 %</b>

\*\* valeurs nutritionnelles de référence

**Conseils d'utilisation :**

Prendre 1 comprimé par jour de préférence à jeun. Convient aux végétariens et personnes suivant des régimes pauvres en protéines animales. Convient aux femmes enceintes et allaitantes sur avis médical.