

# frubiase®-SPORT – go for gold!

## Die Kombination aus Mineralstoffen, Vitaminen und Spurenelementen für Sportler und Aktive

Ob beim Rad fahren, beim Joggen oder im Fitness Studio – Für aktive Menschen ist es wichtig auf eine ausreichende Zufuhr von Mineralstoffen, Vitaminen und Spurenelementen zu achten.

### Die Sport-Mischung für Aktivität und Leistungskraft

**Magnesium:** Magnesium ist ein Mineralstoff, der mit am Erhalt von Vitalität und Leistungskraft beteiligt ist. Er ist wichtig für die Funktion von mehr als 300 Enzymen („Biotkatalysatoren“) und somit auch für Reaktionen des Energiestoffwechsels verantwortlich. Im Wechselspiel mit Calcium wirkt Magnesium bei der Muskelkontraktion und der Reizübertragung im Nervensystem.

**Calcium:** Dieser Mineralstoff ist ein wichtiger Körperbaustein. Er spielt eine wichtige Rolle für den Aufbau und die Härtung der Knochen, steuert die Funktion der Muskeln und ist beteiligt, wenn das Blut gerinnt.

**Kalium:** Der Mineralstoff Kalium ist an der Regulation des Flüssigkeitshaushaltes beteiligt und steuert die Reizübertragung in Nerven und Muskeln. Als Aktivator verschiedener Enzymsysteme ist Kalium auch am Kohlenhydrat- und Fettstoffwechsel sowie dem Eiweißstoffwechsel beteiligt.

**Eisen:** Der Körper benötigt das Spurenelement Eisen für die Bildung des roten Blutfarbstoffs (Hämoglobin). Es erfüllt somit eine wichtige Funktion beim Sauerstofftransport im Blut. Eine ausreichende Versorgung mit Eisen bildet die Voraussetzung für Ausdauer und Leistungsfähigkeit.

**Zink:** Das Spurenelement Zink ist für die Funktion von annähernd 100 Enzymen, somit auch für den Stoffwechsel, sehr wichtig. Zink hat darüber hinaus einen positiven Einfluss auf die körpereigenen Abwehrkräfte.

**Jod:** Das Spurenelement Jod wird vom Körper als Baustein für die Schilddrüsenhormone benötigt. Schilddrüsenhormone beeinflussen den Energieumsatz und

sind für eine optimale Leistungsfähigkeit unentbehrlich.

**Vitamin C:** Vitamin C unterstützt die Funktion der körpereigenen Abwehrkräfte. Es ist ein antioxidatives Vitamin und in der Lage, „freie Radikale“ abzufangen, um so die Körperfunktionen „von innen“ zu unterstützen.

**Vitamin E:** Dieses Vitamin ist ein wichtiges Antioxidanz und in der Lage „freie Radikale“ abzufangen, um so die Körperfunktionen „von innen“ zu schützen. Es stabilisiert die Zellmembranen, auch die in den Gelenken, und hilft so dabei mögliche Schäden durch freie Radikale abzuwehren.

**B-Vitamine:** Die verschiedenen B-Vitamine (B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, B<sub>12</sub> und B<sub>6</sub>) sind an zahlreichen Stoffwechsellvorgängen im Nervensystem beteiligt und tragen somit auch zur Energiegewinnung im Körper bei.

Gönnen Sie sich täglich Ihre Brausetablette frubiase® SPORT. Das schmeckt erfrischend und gibt Ihnen die Gewissheit, Ihren Körper, neben der gewohnten Nahrung, mit dem zu versorgen, was er vor, während und nach dem Sport braucht.

frubiase® SPORT wurde in Zusammenarbeit mit der Deutschen Sporthochschule Köln entwickelt.

**frubiase® – Nur in der Apotheke!**

www.frubiase.de

90206/DE/1

**frubiase®**  
MEHR ALS MINERALSTOFFE

GEZIELT KOMBINIERT  
GENAU DOSIERT



# Mineralstoffe, Vitamine und Spurenelemente – rundum wichtig

Um gesund und leistungsfähig zu bleiben, müssen Sie sich ausreichend mit Mineralstoffen, Vitaminen und Spurenelementen versorgen.

## Mineralstoffe, Vitamine und Spurenelemente sind wichtig für:

- den reibungslosen Ablauf zahlreicher Stoffwechselfvorgänge, wie die Umwandlung von Nahrungsbestandteilen (z. B. Kohlenhydraten) in Energie.
- die Bildung von Hormonen und roten Blutkörperchen.
- den Schutz des Körpers vor „freien Radikalen“.
- den Aufbau und die Erhaltung der Funktionen des Organismus (z. B. Muskeln, Nerven) und des Körperbaus (z. B. Knochen, Zähne).

Bis auf wenige Ausnahmen (z. B. Vitamin D) kann der menschliche Körper die meisten Vitamine sowie alle Mineralstoffe und Spurenelemente nicht selbst herstellen.

Prinzipiell ist es möglich, durch eine ausgewogene Ernährung mit viel frischem Obst und Gemüse, Getreide und Milchprodukten, Fisch und Fleisch dem Körper alle wichtigen Nährstoffe zu geben. Doch trotz der großen Vielfalt an Lebensmitteln, die heutzutage zur Verfügung stehen, ist im Alltag eine ausreichende Zufuhr nicht immer gewährleistet.

Der menschliche Körper benötigt eine ausreichende Zufuhr von Mineralstoffen, Vitaminen und Spurenelementen! Eine gezielte Nahrungsergänzung mit Produkten aus dem frubiase® Sortiment hilft Ihnen dabei.



Fragen Sie in Ihrer Apotheke nach den frubiase® Produkten!

Gründe hierfür sind z. B. einseitige Ernährung (z. B. Diäten, Fast-Food), die Einnahme bestimmter Medikamente, Stress und körperliche Aktivität. Die ersten Anzeichen einer Unterversorgung können u. a. Müdigkeit, Abgespanntheit und Lustlosigkeit sein.

### Bitte senden Sie mir Informationsmaterial zu folgenden frubiase® Produkten:

- frubiase® SPORT
- frubiase® KNOCHENvital
- frubiase® SPORT plus
- frubiase® femina
- frubiase® SPORT junior
- frubiase® 50+
- frubiase® MAGNESIUM plus
- frubiase® winteraktiv

Name: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Ich habe frubiase® weiterempfohlen.

Bitte schicken Sie diese Informationen auch an:

Name: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_