

SUPLEMENTO ALIMENTAR • Quantidade Líquida: 280 g
COMPLEMENTO ALIMENTICIO • Cantidad neta: 280 g
FOOD SUPPLEMENT • Net weight: 280 g

A creatina aumenta o desempenho físico durante exercícios repetidos de curta duração e alta intensidade. Este benefício é obtido com uma dose diária de 3 g de creatina. **Creatine Force GoldNutrition®**, fornece 5 g de creatina por toma diária. *La creatina mejora el rendimiento físico en series sucesivas de ejercicios breves de alta intensidad. Este beneficio se obtiene con una ingesta diaria de 3 g de creatina. Creatine Force GoldNutrition®, aporta 5 g de creatina por dosis diaria. Creatine increases physical performance in successive bursts of short-term, high intensity exercise. The beneficial effect is obtained with a daily intake of 3 g of Creatine. Creatine Force GoldNutrition®, contains 5g of Creatine per daily dose.*

Os suplementos alimentares não devem ser utilizados como substitutos de um regime alimentar variado e equilibrado e de um modo de vida saudável. Manter num local fresco e seco, fora do alcance das crianças. *Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta variada y equilibrada y un estilo de vida saludable. Mantener en local fresco y seco, fuera del alcance de los niños. Food supplements should not be used as a substitute for a varied and balanced diet and a healthy lifestyle. Store out in a cool and dry place, out of the reach of young children.*

Produzido em Laboratório Oficial da U.E.

Producido en Laboratorio Certificado de la U.E. / Produced in an E.U. Certified Laboratory.

Consumir de preferência antes do fim de/L: Ver embalagem

Consumir preferentemente antes del fin de/L: ver envase.

Best before end/ Batch: see package.

GOLDNUTRITION®
 EXCELLENCE IN SPORTS NUTRITION
 GOLDNUTRITION®
 EXCELLENCE IN SPORTS NUTRITION



CREATINE FORCE

Creapure®

**PURE
 POWDER
 CREATINE**

**5g
 CREATINE
 PER DOSE**

**PATENTED
 CREATINE**

280g

COMPOSIÇÃO COMPOSICIÓN COMPOSITION	POR COLHER DE CHÁ (5G) POR CUCHARA DE TÉ (5G) PER TEASPOON (5G)	100 G
Creational Creatine - Creapure®	5 g	100 g

INGREDIENTES: Monohidrato de creatina - Creapure®. **TOMA DIÁRIA:** Fase de Carga: 20 g/día, durante 5 días. Tomar em doses de 5 g, quatro vezes ao dia, com sumo ou bebida isotónica. Fase de manutenção: 5 g/día, durante 6-8 semanas, antes do treino. Não exceder a toma diária recomendada. **AVISO:** Não utilizar durante a gravidez e aleitamento ou em caso de alergia a algum dos constituintes. Não recomendado em caso de insuficiência renal.

INGREDIENTES: Monohidrato de creatina - Creapure®. **MODO DE EMPLEO:** Fase de carga: Tomar 20g al día, durante 5 días. Tomar en dosis de 5g, cuatro veces al día, con zumo o con una bebida isotónica. Fase de mantenimiento: tomar 5g al día, durante 6-8 semanas, antes del entrenamiento. No exceder la cantidad diaria recomendada. **AVISO:** No lo deben tomar mujeres embarazadas y en lactancia o en caso de alergia a alguno de los ingredientes. No recomendado en caso de insuficiencia renal.

INGREDIENTS: Creatine monohydrate - Creapure®. **DAILY DOSE:** Loading phase: 20g/day during 5 days. Take 5g four times a day, with juice or a isotonic drink. Maintenance phase: 5g/day during 6-8 weeks, before the workout. Do not exceed the recommended daily dose. **WARNING:** Do not use if pregnant and nursing or in case of allergy to any of the components. Not recommended in case of kidney failure.

ECO NUTRACEUTICOS

Rua dos Bem Lembrados, nº 141, Manique - PORTUGAL

2645-471 Alcabideche • www.econutraceuticos.eu

Linha Azul 808 204 656 WWW.GOLDATHLETES.COM



EcoGN2 • 12/12