

SUPREME GAINERS
BAUNILHA

3.0
KG
QUANTIDADE LÍQUIDA

SUPLEMENTO ALIMENTAR
CONTIENE AZÚCAR Y EDULCORANTES

SUPREME GAINERS
VAINILLA




3.0
KG
QUANTIDADE LÍQUIDA

COMPLEMENTO ALIMENTICIO
CONTIENE AZÚCAR Y EDULCORANTES

SUPREME GAINERS GOLDNUTRITION® é uma fórmula hipercalórica, composta por uma mistura de proteínas de absorção rápida e lenta com alto valor biológico, e de hidratos de carbono de alto índice glicémico, numa proporção de 3:1 e com um **baixo teor de gorduras**. As proteínas presentes provêm essencialmente do soro de leite, de caseína e de soja e são ricas em aminoácidos de cadeia ramificada. Os hidratos de carbono utilizados, essencialmente maltodextrinas – são de fácil digestão e absorção. A toma diária de **SUPREME GAINERS GOLDNUTRITION®** fornece um alto teor de proteínas, assim como um alto teor de **Calcio, Potássio, Vitaminas C, B6, B12 e Niacina**, sendo também uma fonte de **Magnésio e de Zinco**.

A **Proteína** participa no crescimento da massa muscular, enquanto o **Zinco e o Magnésio** têm um papel na síntese normal das proteínas. A **Vitamina B6** contribui para o metabolismo normal das proteínas e do glicogénio e auxilia na regulação da atividade hormonal, por sua vez, o **Zinco** contribui para a manutenção de níveis normais de testosterona no sangue. O **Calcio, o Magnésio e o Potássio** têm um papel no normal funcionamento muscular, ao mesmo tempo que, a **Niacina e as Vitaminas B6 e B12** participam na redução do cansaço e da fadiga, e a **Vitamina C** contribui para manter o normal funcionamento do sistema imunitário durante e após exercício físico intenso. Os suplementos alimentares não devem ser utilizados como substitutos de um regime alimentar variado e equilibrado e de um modo de vida saudável.

Mantem num local fresco e seco, ao abrigo da luz, fora do alcance das crianças.
Produzido em Laboratório Certificado da U.E.

 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

ECO NUTRACEUTICS

Rua dos Bem Lembrados, nº 141, Manique 2645-471
Alcabideche - Portugal

LEISHA AZUL
808 204 656



SUPREME GAINERS
VAINILLA

3.0
KG
NET QUANTITY

FOOD SUPPLEMENT
CONTAINS SUGAR AND SWEETENERS

SUPREME GAINERS GOLDNUTRITION® is an hypercaloric formula that contains especially high biological value proteins of slow and fast absorption rate, combined with high glycoemic index sugars, in a 3:1 ratio with low fat. Proteins are essentially from whey, casein and soy, good sources of branched chain amino acids. Sugars included, essentially maltodextrin – are easily digested and absorbed. **SUPREME GAINERS GOLDNUTRITION®** daily dose provides high Protein, Calcium, Potassium, Vitamins C, B6, B12 and Niacin and a source of Magnesium and Zinc.

Protein contributes to a growth in muscle mass, where Magnesium and Zinc contribute to a normal protein synthesis, Vitamin B6 contributes to a normal protein and glycogen metabolism and to the regulation of hormonal activity, and Zinc contributes to the maintenance of normal testosterone levels in the blood. Calcium, Magnesium and Potassium contribute to normal muscle function, Niacin and Vitamins B6, B12 and C, contribute to the reduction of tiredness and fatigue; and Vitamin C contributes to maintain the normal function of the immune system during and after intense physical exercise.

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, away from direct sunlight exposure, out of the reach of young children.

Produced in an E.U.Certified Laboratory.



VANILLA

GOLDNUTRITION®
EXCELLENCE IN SPORTS NUTRITION
GOLDATHLETES.COM

SUPREME GAINERS

HYPERCALORIC FORMULA WITH CARBOHYDRATES MIX

- HIGH PROTEIN (FAST AND SLOW ABSORPTION BLEND)
- MUSCLE MASS
- PROTEIN CONTRIBUTES TO A GROWTH IN MUSCLE MASS



LOW FAT

67g
PROTEIN
PER DOSE

+ **200g**
CARBS
PER DOSE

+ **1100**
KCAL
PER DOSE

3.0
KG

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL
INFORMACIÓN NUTRICIONAL | NUTRITIONAL INFORMATION
1 DOSE/ DOSIS/ SERVING: 8 MEDIDAS/ SCOOPS (320G)

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL/ INFORMACIÓN NUTRICIONAL/ NUTRITIONAL INFORMATION	100 G	POR 8 MEDIDAS PER 8 SCOOPS (320 G)
VALOR ENERGÉTICO/ ENERGETIC VALUE	370 KCAL/ 1559 KJ	1193 KCAL/ 4988 KJ
LÍPIDIOS/ GRASA/ FAT	2,46 G	7,9 G
DOS QUAIS SATURADOS/ DE LAS CUALES SATURADAS/ OF WHICH SATURATED	1,27 G	4,1 G
HIDRATOS DE CARBONO/ CARBOHYDRATES	67 G	214 G
DOS QUAIS AÇÚCARES/ DE LOS CUALES AZÚCARES/ OF WHICH SUGARS	4,74 G	15,2 G
FIBRA/ FIBRA ALIMENTARIA/ FIBRE	0,356 G	1,1 G
PROTEÍNAS/ PROTEINS	21 G	67 G
SÓDIO/ SODIO/ SODIUM	400 MG	1280 MG
CÁLCIO/ CALCIO/ CALCIUM	94,6 MG	302,72 MG (38% DDR*)
POTÁSSIO/ POTASIO/ POTASSIUM	680 MG	2176 MG (109% DDR*)

*DDR - DOSE DIÁRIA RECOMENDADA/CANTIDAD DIARIA RECOMENDADA/ RECOMMENDED DAILY DOSE

INGREDIENTES: Maltodextrina, Proteínas concentradas do Soro de leite, Leite magro, Frutose, Proteína isolada de Soja, Amido de arroz, Bicarbonato de Potássio, Fósforo monossódico, Caseinato de cálcio, Aromatizante de Baunilha, Triglicéridos de cadeia média, Goma Guar, Cloreto de Sódio, Sucralose, DL-alfa tocoferol, Ácido ascórbico, Nicotinamida, Citrato de zinco, Piridoxina HCL, Cianocobalamina.

Contem leite e soja.
TOMA DIÁRIA: Tomar 8 medidas por dia. Pode tomar 4 medidas (160g) 30-40 minutos antes do treino de força e 4 medidas (160g) imediatamente após o treino; ou tomar 3 medidas (120g) de manhã, 3 medidas (120g) após o treino ou durante a tarde e 2 medidas (80g) antes de deitar. Não exceder a dose diária recomendada.

MODO DE PREPARAÇÃO: 2 medidas: diluir 2 medidas cheias em 320 ml de água; 3 medidas: diluir 3 medidas cheias em 480 ml de água; 4 medidas: diluir 4 medidas cheias em 640 ml de água. Agitar bem e servir imediatamente.

AVISO: Não recomendado a diabéticos ou no caso de alergia a algum dos constituintes.

INGREDIENTES: Maltodextrina, Proteínas concentradas del Suero de leche, Leche desnatada, Fructosa, Proteína aislada de Soja, Almidón de arroz, Bicarbonato de Potasio, Fósforo monossódico, Caseinato de calcio, Aromatizante de Vainilla, Triglicéridos de cadena media, Goma Guar, Cloruro de Sodio, Sucralosa, D-alfa tocoferol, Ácido ascórbico, Nicotinamida, Citrato de zinc, Piridoxina HCL, Cianocobalamina. **Contiene leche y soja.**

MODO DE EMPLEO: Tomar 8 medidas al día. Puede tomar 4 medidas (160g) 30 a 40 minutos antes del entrenamiento de fuerza y 4 medidas (160g) inmediatamente después del entrenamiento; o tomar 3 medidas (120g) por la mañana, 3 medidas (120g) después del entrenamiento o por la tarde y 2 medidas (80g) antes de dormir. No superar la cantidad diaria recomendada.

MODO DE PREPARACIÓN: 2 medidas: diluir 2 medidas llenas en 320 ml de agua; 3 medidas: diluir 3 medidas llenas en 480 ml de agua; 4 medidas: diluir 4 medidas llenas en 640 ml de agua. Mezclar bien y tomar inmediatamente.

AVISO: No es recomendado a diabéticos o en caso de alergia a alguno de los ingredientes.

FÓSFORO/ FOSFORO/ PHOSPHORUS	418 MG	1337,6 MG (191% DDR*)
FERRO/ HIERRO/ IRON	1 MG	3,2 MG (23% DDR*)
MAGNÉSIO/ MAGNESIO/ MAGNESIUM	20,9 MG	69,88 MG (18% DDR*)
ZINCO/ ZINC	0,51 MG	1,632 MG (18% DDR*)
VITAMINA E/ VITAMIN E	8 MG	25,6 MG (213% DDR*)
VITAMINA C/ VITAMIN C	18 MG	57,6 MG (72% DDR*)
NIACINA/ NIACIN	15 MG	48 MG (300% DDR*)
VITAMINA B6/ VITAMIN B6	1,3 MG	4,16 MG (287% DDR*)
VITAMINA B12	1,365 µg	4,295 µg (176% DDR*)
AMINOÁCIDOS DE CADEIA RAMIFICADA/ AMINOÁCIDOS DE CADEIA RAMIFICADA/ BRANCHED CHAIN AMINO ACIDS	100 G	POR 8 MEDIDAS PER 8 SCOOPS (320 G)
LEUCINA/ LEUCINE	2027 MG	6486,4 MG
ISOLEUCINA/ ISOLEUCINE	1206 MG	3859,2 MG
VALINA/ VALINE	1172 MG	3750,4 MG

INGREDIENTS: Maltodextrine, Whey protein concentrate, Skimmed milk, Fructose, isolate Soy Protein, Rice starch, Potassium bicarbonate, Monosodium phosphate, Calcium caseinate, Vanilla flavouring, MCT Oil, Guar gum, Sodium chloride, Sucralose, D-Alpha tocopherol, Ascorbic Acid, Nicotinamide, Zinc citrate, Pyridoxine HCL, Cyanocobalamin. **Contains milk and soy.**
DAILY DOSE: Take 8 scoops a day. Take 4 scoops (160g) 30 to 40 minutes before exercise and 4 scoops (160g) immediately after training or take 3 scoops (120g) in the morning, 3 scoops (120g) after training or during the afternoon and 2 scoops (80g) before going to bed. Do not exceed the recommended daily dose.

PREPARATION: 2 scoops: Add 2 full scoops to 320 ml of water; 3 scoops: Add 3 full scoops to 480 ml of water; 4 scoops: Add 4 full scoops to 640 ml of water. Shake well and serve immediately.

WARNING: Not recommended to diabetics or in case of allergy to any of the ingredients.

SUPREME GAINERS

3.0 KG
QUANTIDADE LÍQUIDA

SUPLEMENTO ALIMENTAR
CONTIENE AZÚCAR Y EDULCORANTES

SUPREME GAINERS

3.0 KG
QUANTIDADE LÍQUIDA

COMPLEMENTO ALIMENTICIO
CONTIENE AZÚCAR Y EDULCORANTES

SUPREME GAINERS

3.0 KG
NET QUANTITY

FOOD SUPPLEMENT
CONTAINS SUGAR AND SWEETENERS

SUPREME GAINERS

3.0 KG
NET QUANTITY

FOOD SUPPLEMENT
CONTAINS SUGAR AND SWEETENERS

SUPREME GAINERS GOLDNUTRITION® é uma fórmula hipercalórica, composta por uma mistura de proteínas de absorção rápida e lenta com alto valor biológico, e de hidratos de carbono de alto índice glicémico, numa proporção de 3:1 e com um baixo teor de gorduras. As proteínas presentes provêm essencialmente do soro de leite, de caseína e de soja e são ricas em aminoácidos de cadeia ramificada. Os hidratos de carbono utilizados, essencialmente maltodextrinas – são de fácil digestão e absorção. A toma diária de **SUPREME GAINERS GOLDNUTRITION®** fornece um alto teor de proteínas, assim como um alto teor de Cálcio, Potássio, Vitamina C, B6, B12 e Niacina, sendo também uma fonte de Magnésio e de Zinco.

A **Proteína** participa no crescimento da massa muscular, enquanto o **Zinco** e o **Magnésio** têm um papel na síntese normal das proteínas. A **Vitamina B6** contribui para o metabolismo normal das proteínas e do glicogénio e auxilia na regulação da atividade hormonal, por sua vez, o **Zinco** contribui para a manutenção de níveis normais de testosterona no sangue. O **Cálcio**, o **Magnésio** e o **Potássio** têm um papel no normal funcionamento muscular, ao mesmo tempo que, a **Niacina** e as **Vitaminas B6 e B12** participam na redução do cansaço e da fadiga, e a **Vitamina C** contribui para manter o normal funcionamento do sistema imunitário durante e após exercício físico intenso. Os suplementos alimentares não devem ser utilizados como substitutos de um regime alimentar variado e equilibrado e de um modo de vida saudável.

Mantém num local fresco e seco, ao abrigo da luz, fora do alcance das crianças.
Produzido em Laboratório Certificado da U.E.

SUPREME GAINERS GOLDNUTRITION® es una fórmula hipercalórica, compuesta por una mezcla de proteínas de absorción lenta y rápida con alto valor biológico y por azúcares de elevado índice glucémico, en la proporción 3:1 y con un bajo contenido de grasas. Las proteínas presentes provienen esencialmente del suero de la leche, de las caseínas y de la soja, buenas fuentes de aminoácidos de cadena ramificada, mientras que los azúcares añadidos, esencialmente maltodextrinas – son de fácil digestión y absorción. La toma diaria de **SUPREME GAINERS GOLDNUTRITION®** aporta un alto contenido de proteínas, así como un alto contenido de Calcio, Potasio, Vitaminas C, B6, B12 y Niacina, siendo también una fuente de Magnesio y Zinc.

Las **Proteínas** contribuyen a que aumente la masa muscular, mientras que el **Zinco** y el **Magnésio** contribuyen a la síntesis proteica normal. La **Vitamina B6** permite el metabolismo normal de las proteínas y del glucógeno y ayuda a regular la actividad hormonal, mientras el **Zinco** contribuye al mantenimiento de niveles normales de testosterona. El **Calcio**, el **Magnésio** y el **Potasio** contribuyen al funcionamiento normal de los músculos, la **Niacina** y las **Vitaminas B6, B12 y C**, ayudan a disminuir el cansancio y la fatiga y la **Vitamina C** contribuye al funcionamiento normal del sistema inmunitario durante el ejercicio físico intenso y después de este. Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta variada y equilibrada y un estilo de vida saludable. Mantener en lugar fresco y seco, abrigado de la luz, fuera del alcance de los niños. Producido en Laboratorio Certificado de la U.E.

Mantener en lugar fresco y seco, abrigado de la luz, fuera del alcance de los niños.
Producido en Laboratorio Certificado de la U.E.

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

ECO NUTRACEUTICALS

Rua dos Bem Lembrados, nº 141, Manique 2645-471
Alcabideche - Portugal

18584 AZUL
808 204 656

ECO 0128 + 12/12

5460160701675

ECO 0128 + 12/12



STRAWBERRY

SUPREME GAINERS GOLDNUTRITION® is an hypercaloric formula that contains especially high biological value proteins of slow and fast absorption rate, combined with high glycaemic index sugars, in a 3:1 ratio with low fat. Proteins are essentially from whey, casein and soy, good sources of branched chain amino acids. Sugars included, essentially maltodextrin – are easily digested and absorbed. **SUPREME GAINERS GOLDNUTRITION®** daily dose provides high Protein, Calcium, Potassium, Vitamins C, B6, B12 and Niacin and a source of Magnesium and Zinc.

Protein contributes to a growth in muscle mass, where **Magnesium** and **Zinc** contribute to a normal protein synthesis. **Vitamin B6** contributes to a normal protein and glycogen metabolism and to the regulation of hormonal activity, and **Zinc** contributes to the maintenance of normal testosterone levels in the blood. **Calcium**, **Magnesium** and **Potassium** contribute to normal muscle function, **Niacin** and **Vitamins B6, B12 and C**, contribute to the reduction of tiredness and fatigue; and **Vitamin C** contributes to maintain the normal function of the immune system during and after intense physical exercise.

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, away from direct sunlight exposure, out of the reach of young children. Produced in an E.U.Certified Laboratory.

GOLDNUTRITION®
EXCELLENCE IN SPORTS NUTRITION
GOLDATHLETES.COM

SUPREME GAINERS

HYPERCALORIC FORMULA WITH CARBOHYDRATES MIX

- **HIGH PROTEIN (FAST AND SLOW ABSORPTION BLEND)**
- **MUSCLE MASS**
- **PROTEIN CONTRIBUTES TO A GROWTH IN MUSCLE MASS**



LOW FAT

67g
PROTEIN
PER DOSE

+200g
CARBS
PER DOSE

+1100
KCAL
PER DOSE

3.0
KG

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL
INFORMACIÓN NUTRICIONAL | NUTRITIONAL INFORMATION
1 DOSE / DOSIS / SERVING: 8 MEDIDAS / SCOOPS (320G)

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL / INFORMACIÓN NUTRICIONAL / NUTRITIONAL INFORMATION	100 G	POR 8 MEDIDAS PER 8 SCOOPS (320 G)
VALOR ENERGÉTICO/ ENERGETIC VALUE	372 KCAL/ 1557 KJ	1192 KCAL / 4981 KJ
LÍPIDIOS/ GRASA/ FAT	2,468 G	7,9 G
DOS OVAIS SATURADOS/ DE LAS CUALES SATURADAS/ OF WHICH SATURATED	1,388 G	4,46
HIDRATOS DE CARBONO/ CARBOHYDRATES	67 G	214 G
DOS OVAIS AÇÚCARES/ DE LOS CUALES AZÚCARES/ OF WHICH SUGARS	4,797 G	15,4 G
FIBRA/ FIBRA ALIMENTARIA/ FIBRE	0,378 G	1,2 G
PROTEÍNAS/ PROTEINS	21 G	67 G
SÓDIO/ SODIO/ SODIUM	397 MG	1270,4 MG
CÁLCIO/ CALCIO/ CALCIUM	94,6 MG	302,72 MG (38% DDR*)
POTÁSSIO/ POTASIO/ POTASSIUM	680 MG	2176 MG (109% DDR*)

*DDR - DOSE DIÁRIA RECOMENDADA/CANTIDAD DIARIA RECOMENDADA / RECOMMENDED DAILY DOSE

INGREDIENTES: Maltodextrina, Proteínas concentradas do soro de leite, Leite magro, Frutose, Proteína isolada de Soja, Amido de arroz, Bicarbonato de Potássio, Fosfato monossódico, Caseinato de cálcio, Aromatizante de morango, Triglicéridos de cadeia média, Goma Guar, Beterraba em pó, Cloreto de Sódio, Sucralose, D-alfa tocoferol, Ácido ascórbico, Nicotinamida, Citrato de zinco, Piridoxina HCL, Cianocobalamina. **Contem leite e soja.**
TOMA DIÁRIA: Tomar 8 medidas por dia. Pode tomar 4 medidas (160g) 30-40 minutos antes do treino de força e 4 medidas (160g) imediatamente após o treino; ou tomar 3 medidas (120g) de manhã, 3 medidas (120g) após o treino ou durante a tarde e 2 medidas (80g) antes de deitar. Não exceder a dose diária recomendada.
MODO DE PREPARAÇÃO: 2 medidas: diluir 2 medidas cheias em 320 ml de água; 3 medidas: diluir 3 medidas cheias em 480 ml de água; 4 medidas: diluir 4 medidas cheias em 640 ml de água. Agitar bem e servir imediatamente.
AVISO: Não recomendado a diabéticos ou no caso de alergia a algum dos constituintes.

INGREDIENTES: Maltodextrina, Proteínas concentradas del suero de leche, Leche desnatada, Fructosa, Proteína aislada de soja, Almidón de arroz, Bicarbonato de potasio, Fosfato monossódico, Caseinato de calcio, Aromatizante de fresa, Triglicéridos de cadena media, Goma Guar, Remolacha en polvo, Cloruro de Sodio, Sucralosa, D-alfa tocoferol, Ácido ascórbico, Nicotinamida, Citrato de zinc, Piridoxina HCL, Cianocobalamina. **Contiene leche y soja.**
MODO DE EMPLEO: Tomar 8 medidas al día. Puede tomar 4 medidas (160g) 30 a 40 minutos antes del entrenamiento de fuerza y 4 medidas (160g) inmediatamente después del entrenamiento; o tomar 3 medidas (120g) por la mañana, 3 medidas (120g) después del entrenamiento o por la tarde y 2 medidas (80g) antes de dormir. No superar la cantidad diaria recomendada.
MODO DE PREPARACIÓN: 2 medidas: diluir 2 medidas llenas en 320 ml de agua; 3 medidas: diluir 3 medidas llenas en 480 ml de agua; 4 medidas: diluir 4 medidas llenas en 640 ml de agua. Mezclar bien y tomar inmediatamente.
AVISO: No es recomendado a diabéticos o en caso de alergia a alguno de los ingredientes.

INGREDIENTS: Maltodextrine, Whey protein concentrate, Skimmed milk, Fructose, Soy Protein isolate, Rice starch, Potassium bicarbonate, Monosodium phosphate, Calcium caseinate, Strawberry flavouring, MCT Oil, Guar gum, Red beet powder, Sodium chloride, Sucralose, D-Alpha tocopherol, Ascorbic Acid, Nicotinamide, Zinc Citrate, Pyridoxine HCL, Cyanocobalamin. **Contains milk and soy.**
DAILY DOSE: Take 8 scoops a day. Take 4 scoops (160g) 30 to 40 minutes before exercise and 4 scoops (160g) immediately after training or take 3 scoops (120g) in the morning, 3 scoops (120g) after training or during the afternoon and 2 scoops (80g) before going to bed. Do not exceed the recommended daily dose.
PREPARATION: 2 scoops: Add 2 full scoops to 320 ml of water; 3 scoops: Add 3 full scoops to 480 ml of water; 4 scoops: Add 4 full scoops to 640 ml of water. Shake well and serve immediately.
WARNING: Not recommended to diabetics or in case of allergy to any of the ingredients.

FÓSFORO/ FOSFORO/ PHOSPHORUS	418 MG	1337,6 MG (131% DDR*)
FERRO/ HIERRO/ IRON	1 MG	3,2 MG (23% DDR*)
MAGNÉSIO/ MAGNESIO/ MAGNESIUM	20,9 MG	66,88 MG (18% DDR*)
ZINCO/ ZINC	0,51 MG	1,632 MG (18% DDR*)
VITAMINA E/ VITAMIN E	8 MG	25,6 MG (213% DDR*)
VITAMINA C/ VITAMIN C	18 MG	57,6 MG (72% DDR*)
NIACINA/ NIACIN	15 MG	48 MG (300% DDR*)
VITAMINA B6/ VITAMIN B6	1,3 MG	4,16 MG (287% DDR*)
VITAMINA B12	1,365 µg	4,365 µg (175% DDR*)
AMINOCÍDIOS DE CADEIA RAMIFICADA/ AMINOCÍDIOS DE CADENA RAMIFICADA/ BRANCHED CHAIN AMINO ACIDS	100 G	POR 8 MEDIDAS PER 8 SCOOPS (320 G)
LEUCINA/ LEUCINE	2038 MG	6521,6 MG
ISOLEUCINA/ ISOLEUCINE	1212 MG	3878,4 MG
VALINA/ VALINE	1178 MG	3769,6 MG

SUPREME GAINERS

3.0 KG
QUANTIDADE LÍQUIDA

SUPLEMENTO ALIMENTAR
CONTIENE AZÚCAR Y EDULCORANTES

SUPREME GAINERS

3.0 KG
QUANTIDADE LÍQUIDA

COMPLEMENTO ALIMENTICIO
CONTIENE AZÚCAR Y EDULCORANTES

SUPREME GAINERS

3.0 KG
QUANTIDADE LÍQUIDA

FOOD SUPPLEMENT
CONTAINS SUGAR AND SWEETENERS

SUPREME GAINERS

SUPREME GAINERS GOLDNUTRITION® é uma fórmula hipercalórica, composta por uma mistura de proteínas de absorção rápida e lenta com alto valor biológico, e de hidratos de carbono de alto índice glicémico, numa proporção de 3:1 e com um baixo conteúdo de gordura. As proteínas presentes provêm essencialmente do soro de leite, de caseína e de soja e são ricas em aminoácidos de cadeia ramificada. Os hidratos de carbono utilizados, essencialmente maltodextrinas, são de fácil digestão e absorção. A toma diária de **SUPREME GAINERS GOLDNUTRITION®** fornece um alto teor de proteínas, assim como um alto teor de Cálcio, Potássio, Vitamina C, B6, B12 e Niacina, sendo também uma fonte de Magnésio e de Zinco.

A **Proteína** participa no crescimento da massa muscular, enquanto o **Zinco** e o **Magnésio** têm um papel na síntese normal das proteínas. A **Vitamina B6** contribui para o metabolismo normal das proteínas e do glicogénio e auxilia na regulação da atividade hormonal, por sua vez, o **Zinco** contribui para a manutenção de níveis normais de testosterona no sangue. O **Cálcio**, o **Magnésio** e o **Potássio** têm um papel no normal funcionamento muscular, ao mesmo tempo que, a **Niacina** e as **Vitaminas B6 e B12** participam na redução do cansaço e da fadiga, e a **Vitamina C** contribui para manter o normal funcionamento do sistema imunitário durante e após exercício físico intenso. Os suplementos alimentares não devem ser utilizados como substitutos de um regime alimentar variado e equilibrado e de um modo de vida saudável.

Mantém num local fresco e seco, ao abrigo da luz, fora do alcance das crianças.
Produzido em Laboratório Certificado da U.E.

SUPREME GAINERS GOLDNUTRITION® es una fórmula hipercalórica, compuesta por una mezcla de proteínas de absorción lenta y rápida con alto valor biológico y por azúcares de elevado índice glucémico, en la proporción 3:1 y con un bajo contenido de grasas. Las proteínas presentes provienen esencialmente del suero de la leche, de las caseínas y de la soja, buenas fuentes de aminoácidos de cadena ramificada, mientras que los azúcares añadidos, esencialmente maltodextrinas – son de fácil digestión y absorción. La toma diaria de **SUPREME GAINERS GOLDNUTRITION®** aporta un alto contenido de proteínas, así como un alto contenido de Calcio, Potasio, Vitaminas C, B6, B12 y Niacina, siendo también una fuente de Magnesio y Zinc.

Las **Proteínas** contribuyen a que aumente la masa muscular, enquanto el **Zinco** y el **Magnésio** contribuyen a la síntesis proteica normal. La **Vitamina B6** permite el metabolismo normal de las proteínas y del glucógeno y ayuda a regular la actividad hormonal, mientras el **Zinco** contribuye al mantenimiento de niveles normales de testosterona. El **Calcio**, el **Magnésio** y el **Potasio** contribuyen al funcionamiento normal de los músculos, la **Niacina** y las **Vitaminas B6, B12 y C**, ayudan a disminuir el cansancio y la fatiga y la **Vitamina C** contribuye al funcionamiento normal del sistema inmunitario durante el ejercicio físico intenso y después de este.

Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta variada y equilibrada y un estilo de vida saludable.
Mantener en lugar fresco y seco, abrigado de la luz, fuera del alcance de los niños.
Producido en Laboratorio Certificado de la U.E.

SUPREME GAINERS GOLDNUTRITION® is an hypercaloric formula that contains especially high biological value proteins of slow and fast absorption rate, combined with high glycaemic index sugars, in a 3:1 ratio with low fat. Proteins are essentially from whey, casein and soy, good sources of branched chain amino acids. Sugars included, essentially maltodextrin – are easily digested and absorbed. **SUPREME GAINERS GOLDNUTRITION®** daily dose provides high Protein, Calcium, Potassium, Vitamins C, B6, B12 and Niacin and a source of Magnesium and Zinc.

Protein contributes to a growth in muscle mass, where **Magnesium** and **Zinc** contribute to a normal protein synthesis. **Vitamin B6** contributes to a normal protein and glycogen metabolism and to the regulation of hormonal activity, and **Zinc** contributes to the maintenance of normal testosterone levels in the blood. **Calcium**, **Magnesium** and **Potassium** contribute to normal muscle function, **Niacin** and **Vitamins B6, B12 and C**, contribute to the reduction of tiredness and fatigue; and **Vitamin C** contributes to maintain the normal function of the immune system during and after intense physical exercise.

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, away from direct sunlight exposure, out of the reach of young children.
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

eco NUTRACEUTICALS

Rua dos Bem Lembrados, nº 141, Manique 2645-471
Alcabideche - Portugal

18784 AZUL
808 204 656

ECO 01/24 + 12/12

516016074670561



CHOCOLATE



SUPREME GAINERS

HYPERCALORIC FORMULA WITH CARBOHYDRATES MIX

- HIGH PROTEIN (FAST AND SLOW ABSORPTION BLEND)
- MUSCLE MASS
- PROTEIN CONTRIBUTES TO A GROWTH IN MUSCLE MASS

LOW FAT

67g
PROTEIN
PER DOSE

+200g
CARBS
PER DOSE

+1100
KCAL
PER DOSE

3.0
KG

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL
INFORMACIÓN NUTRICIONAL | NUTRITIONAL INFORMATION
1 DOSE/ DOSIS/ SERVING: 8 MEDIDAS/ SCOOPS (320 G)

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL / INFORMACIÓN NUTRICIONAL / NUTRITIONAL INFORMATION	100 G	POR 8 MEDIDAS PER 8 SCOOPS (320 G)
VALOR ENERGÉTICO/ ENERGETIC VALUE	366 KCal / 1520 KJ	1171 KCal / 4895 KJ
LÍPIDIOS/ GRASA/ FAT	2,946 G	9,4 G
DOS OVAIS SATURADOS/ DE LAS CUALES SATURADAS/ OF WHICH SATURATED	1,577 G	5,6
HIDRATOS DE CARBONO/ CARBOHYDRATES	84 G	204 G
DOS OVAIS AÇÚCARES/ DE LOS CUALES AZÚCARES/ OF WHICH SUGARS	4,55 G	14,6 G
FIBRA/ FIBRA ALIMENTARIA/ FIBRE	1,885 G	6 G
PROTEÍNAS/ PROTEINS	21 G	67 G
SÓDIO/ SODIO/ SODIUM	395 MG	1264 MG
CÁLCIO/ CALCIO/ CALCIUM	84,6 MG	302,72 MG (38% DDR*)
POTÁSSIO/ POTASIO/ POTASSIUM	680 MG	2176 MG (109% DDR*)

*DDR - DOSE DIÁRIA RECOMENDADA/CANTIDAD DIARIA RECOMENDADA/ RECOMMENDED DAILY DOSE

INGREDIENTES: Maltodextrina, Proteínas concentradas do soro de leite, Leite magro, Cacau em pó, Frutose, Proteína isolada de soja, Amido de arroz, Bicarbonato de potássio, Fosfato monossódico, Caseinato de cálcio, Aromatizante de chocolate, Triglicéridos de cadeia média, Goma guar, Cloreto de sódio, Sucralose, D-Alfa tocoferol, Acido ascórbico, Nicotinamida, Citrato de zinco, Piridoxina HCL, Cianocobalamina. **Contem leite e soja.**
TOMA DIÁRIA: Tomar 8 medidas por dia. Pode tomar 4 medidas (160g) 30-40 minutos antes do treino de força e 4 medidas (160g) imediatamente após o treino; ou tomar 3 medidas (120g) de manhã, 3 medidas (120g) após o treino ou durante a tarde e 2 medidas (80g) antes de deitar. Não exceder a dose diária recomendada.

MODO DE PREPARAÇÃO: 2 medidas: diluir 2 medidas cheias em 320 ml de água; 3 medidas: diluir 3 medidas cheias em 480 ml de água; 4 medidas: diluir 4 medidas cheias em 640 ml de água. Agitar bem e servir imediatamente.
AVISO: Não recomendado a diabéticos ou no caso de alergia a algum dos constituintes.

INGREDIENTES: Maltodextrina, Proteínas concentradas del suero de leche, leche desnatada, Cacau en polvo, Fructosa, Proteína aislada de soja, Almidón de arroz, Bicarbonato de potasio, Fosfato monossódico, Caseinato de calcio, Aromatizante de chocolate, Triglicéridos de cadena media, Goma guar, Cloruro de sodio, Sucralosa, D-Alfa tocoferol, Acido ascórbico, Nicotinamida, Citrato de zinc, Piridoxina HCL, Cianocobalamina. **Contiene leche y soja.**
MODO DE EMPLEO: Tomar 8 medidas al día. Puede tomar 4 medidas (160g) 30 a 40 minutos antes del entrenamiento de fuerza y 4 medidas (160g) inmediatamente después del entrenamiento; o tomar 3 medidas (120g) por la mañana, 3 medidas (120g) después del entrenamiento o por la tarde y 2 medidas (80g) antes de dormir. No superar la cantidad diaria recomendada.

MODO DE PREPARACIÓN: 2 medidas: diluir 2 medidas llenas en 320 ml de agua; 3 medidas: diluir 3 medidas llenas en 480 ml de agua; 4 medidas: diluir 4 medidas llenas en 640 ml de agua. Mezclar bien y tomar inmediatamente.
AVISO: No es recomendado a diabéticos o en caso de alergia a alguno de los ingredientes.

FÓSFORO/ FOSFORO/ PHOSPHORUS	418 MG	1337,6 MG (131% DDR*)
FERRO/ HIERRO/ IRON <td>1 MG<td>3,2 MG (23% DDR*)</td></td>	1 MG <td>3,2 MG (23% DDR*)</td>	3,2 MG (23% DDR*)
MAGNESÍO/ MAGNESIO/ MAGNESIUM <td>20,9 MG<td>66,88 MG (18% DDR*)</td></td>	20,9 MG <td>66,88 MG (18% DDR*)</td>	66,88 MG (18% DDR*)
ZINCO/ ZINC <td>0,51 MG<td>1,632 MG (18% DDR*)</td></td>	0,51 MG <td>1,632 MG (18% DDR*)</td>	1,632 MG (18% DDR*)
VITAMINA E/ VITAMIN E <td>8 MG<td>25,6 MG (213% DDR*)</td></td>	8 MG <td>25,6 MG (213% DDR*)</td>	25,6 MG (213% DDR*)
VITAMINA C/ VITAMIN C <td>18 MG<td>57,6 MG (72% DDR*)</td></td>	18 MG <td>57,6 MG (72% DDR*)</td>	57,6 MG (72% DDR*)
NIACINA/ NIACIN <td>15 MG<td>48 MG (300% DDR*)</td></td>	15 MG <td>48 MG (300% DDR*)</td>	48 MG (300% DDR*)
VITAMINA B6/ VITAMIN B6 <td>1,3 MG<td>4,16 MG (287% DDR*)</td></td>	1,3 MG <td>4,16 MG (287% DDR*)</td>	4,16 MG (287% DDR*)
VITAMINA B12 <td>1,365 µg<td>4,365 µg (176% DDR*)</td></td>	1,365 µg <td>4,365 µg (176% DDR*)</td>	4,365 µg (176% DDR*)
AMINÓCIDOS DE CADEIA RAMIFICADA/ AMINOCIDOS DE CADENA RAMIFICADA/ BRANCHED CHAIN AMINO ACIDS <td>100 G</td> <td>POR 8 MEDIDAS PER 8 SCOOPS (320 G)</td>	100 G	POR 8 MEDIDAS PER 8 SCOOPS (320 G)
LEUCINA/ LEUCINE	2070 MG	6624 MG
ISOLEUCINA/ ISOLEUCINE	1231 MG	3939,2 MG
VALINA/ VALINE	1196 MG	3827,2 MG

INGREDIENTS: Maltodextrin, Whey protein concentrate, Skimmed milk, Cocoa powder, Fructose, Soy protein isolate, Rice starch, Potassium bicarbonate, Monosodium phosphate, Calcium caseinate, Chocolate Flavouring, MCT oil, Guar gum, Sodium chloride, Sucralose, D-alpha tocopherol, Ascorbic acid, Nicotinamide, Zinc citrate, Pyridoxine HCL, Cyanocobalamin. **Contains milk and soy.**
DAILY DOSE: Take 8 scoops a day. Take 4 scoops (160g) 30 to 40 minutes before exercise and 4 scoops (160g) immediately after training or take 3 scoops (120g) in the morning, 3 scoops (120g) after training or during the afternoon and 2 scoops (80g) before going to bed. Do not exceed the recommended daily dose.
PREPARATION: 2 scoops: Add 2 full scoops to 320 ml of water; 3 scoops: Add 3 full scoops to 480 ml of water; 4 scoops: Add 4 full scoops to 640 ml of water. Shake well and serve immediately.
WARNING: Not recommended to diabetics or in case of allergy to any of the ingredients.

GOLDNUTRITION®
EXCELLENCE IN SPORTS NUTRITION
GOLDATHLETES.COM