

**DE Nahrungsergänzungsmittel\* mit Kreatin. Zutaten:** Kreatinmonohydrat (100% Creapure®). **Verzehrempfehlung:** 4 Wochen täglich 3,4 g Pulver (1 gestrichener Meßlöffel) mit ausreichend Flüssigkeit verzehren. Dann 4 Wochen Pause einlegen. **Hinweise:** Kreatin eignet sich nicht für eine Langzeiternährung, für Kinder und Jugendliche, sowie für Personen mit Nierendysfunktion. Bei regelmäßiger Zufuhr kann es zu einer Gewichtszunahme kommen. Angegebene Tagesdosis nicht überschreiten. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern. Dieses Produkt ist kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Nicht geeignet für kleine Kinder und Jugendliche sowie für schwangere oder stillende Frauen. Kühl und trocken lagern. Lot/ Ungeöffnet mindestens haltbar bis Ende: siehe Dosenboden. \* **GI Ergänzungsnahrung.** Hergestellt in Deutschland.

**GB Food supplement with creatine. Ingredients:** creatine monohydrate (100% Creapure®). **Recommendation:** Take 4 weeks 3,4 g powder (1 level measuring spoon) per day with plenty of liquid. Then stop for 4 weeks. **Warning:** Creatine is not suitable for long term consumption, for children and adolescents, and for persons with renal dysfunction. Regular consumption can lead to weight gain. Do not exceed the recommended daily dose. Keep out of reach of small children. This product is no substitute for a balanced and varied diet and a healthy lifestyle. Product not recommended for pregnant or lactating women. Store in a cool and dry place. Lot/ Unopened best before end: see bottom. Made in Germany.

**FR Complément alimentaire d'apport en créatine. Ingrédients:** créatine monohydrate (100% Creapure®). **Conseils d'utilisation:** 3,4 g de poudre (dosette rase) par jour avec un grand verre d'eau, puis arrêter pendant 4 semaines. **Précautions d'emploi :** la créatine est déconseillée en utilisation permanente, aux enfants et adolescents, ainsi qu'aux personnes souffrant d'insuffisance rénale. Une consommation régulière peut entraîner une prise de poids. Ne pas dépasser la dose journalière recommandée. Produit réservé aux adultes effectuant des exercices physiques très intenses. Tenir hors de portée des enfants. Ce produit ne peut se substituer à une alimentation variée et équilibrée et un mode de vie sain. Déconseillé à la femme enceinte. Conserver au sec et au frais. Lot/ Non ouvert, à consommer de préférence avant fin: voir sous la boîte. Fabriqué en Allemagne.

**IT Integratore alimentare con creatina. Ingredienti:** creatina monoidrato (100% Creapure®). **Consigli d'uso:** Prendere 4 settimane 3,4 g di polvere (1 misurino raso) al giorno con abbondante liquido. Poi fermarsi per 4 settimane. **Avvertenza:** creatina non è adatto per il consumo a lungo termine e per i bambini/adolescenti. Con l'assunzione regolare può portare a un aumento di peso. Il prodotto è controindicato nei casi di patologia renale, in gravidanza e al di sotto dei 12 anni. Non eccedere le dosi giornaliere raccomandate. Tenere il prodotto lontano dalla portata dei bambini. Il prodotto va utilizzato nell'ambito di una dieta variata ed equilibrata ed uno stile di vita sano. Non utilizzare in gravidanza e nei bambini, o comunque per periodi prolungati senza sentire il parere del medico. Conservare in un luogo fresco e secco. Lot/ La confezione integra e da consumarsi preferibilmente entro fine: vedi fondo. Prodotto in Germania.

**DE AT** INKO Internationale Handelskontor GmbH,  
Am Espan 1-3, D-91154 Roth

**CH** INKO Sports AG, Grüngenstr. 19, CH-4416 Bubendorf

**FR** INKO SAS, 204 Avenue du Maréchal Juin, F-92100 Boulogne-Billancourt

**IT** INKO Italia S.r.l.u, Via Verga 6/8, I-57017 Stagno (LI)

Inhalt/Net weight/Poids net/Peso netto:

**500 g** 

= 147 servings

★ ★ ★ ★ ★  
P R E M I U M Q U A L I T Y

**Creapure®**

**inkospor®**

**X-TREME®**

**CREATINE**

**POWDER**

**100% PURE**

**CREATINE MONOHYDRATE**

||| BEFORE | DURING | AFTER |||

**MADE IN GERMANY**

Nährwertkennzeichnung/Nutrition Information Information nutritionnelle/Informazioni Nutrizionali	Pro/per/par Tagesportion/Daily portion/ Portion journalière/Dose giornaliera 3,4 g Pulver/powder/de poudre/di polvere*
Energie/Energy/Énergie/Valore energetico	0 kJ (0 kcal)
Fett/Fat/Matières grasses/Grassi	0 g
davon gesättigte Fettsäuren/of which saturates dont acides gras saturés/di cui acidi grassi saturi	0 g
Kohlenhydrate/Carbohydrate/Glucides/Carboidrati	0 g
davon Zucker/of which sugars/dont sucre/di cui Zucchero	0 g
Eiweiß/Protein/Protéines/Proteine	0 g
Salz/Salt/Sel/Sale	< 0,01 g

**Kreatin/Creatine/ Créatine:** 88 g pro/per/par 100 g / 3 g\*\* pro/per/par 3,4 g Pulver/powder/de poudre/di polvere

**DE** \*\*Kreatin erhöht die körperliche Leistung bei Schnellkrafttraining im Rahmen kurzzeitiger intensiver körperlicher Betätigung. Die positive Wirkung stellt sich bei einer täglichen Aufnahme von 3 g Kreatin (3,4 g Pulver) ein.

**GB** \*\*Creatine increases physical performance for adults in high intensity exercise. The beneficial effect is obtained with a daily intake of 3 g of creatine (3,4 g powder)

**FR** \*\*La créatine améliore les capacités physiques chez l'adulte lors de séries successives d'efforts de haute intensité de courte durée. L'effet bénéfique est obtenu pour 3 g de créatine par jour (3,4 g de poudre).

**IT** \*\*La creatina aumenta la performance fisica durante sforzi intensi e di breve durata. L'effetto benefico si ottiene con 3 g di creatina al giorno (3,4 g di polvere).



\* = Durchschnittlicher Wert/Average value/  
Analyse moyenne/Analisi media.

2403119