

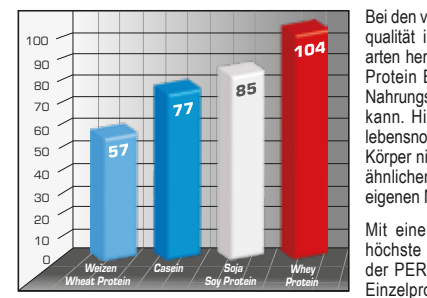
Nährwerte/Nutrition Facts/Supplement Analyse

Informazioni Nutrizionali/Διατροφικά Στοιχεία

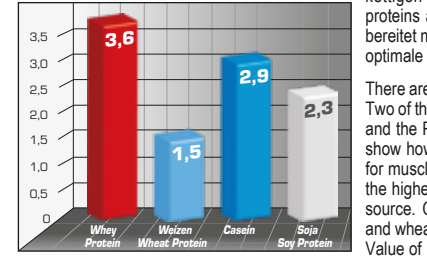
Skład/Odzywki/Nutriční Hodnoty/Valores nutricionales

	pro/per 100g	pro/per Portion (30g)°	pro/per Portion (258g)°°
Energie/Energy/Ενέργεια/Energia ενέργεια/Wartość Energetyczna Energetická Hodnota	1668kJ (399kcal)	500kJ (120kcal)	1085kJ (258kcal)
Fett/Fat/Lipides/Grasas Grassi/Λιπαρά/Tuszczy/Tukey	4,6g	1,4g	5,9g
davon gesättigte Fettsäuren Of which Saturates/Dont Acides Gras Saturés Di Cui Acidi Grassi Saturi/Κεκορεσμένα Λιπαρά Tuszczowe Z Toho Nasycone Masłne Kyseliny W Tym Nasycone Kwasy/Ácidos grasos saturados	1,8g	0,5g	3,5g
Kohlenhydrate/Carbohydrate/Glucides/Carboidrati Υδατάνυγκες/Węglowodany/Sacharidy/Carbohidratos	11g	3,3g	17,7g
davon Zucker/Sugar/Dont Sucre Di Cui Zuccheri/Σάκχαρο W Tym Cukry/Z Toho Cukr/Azúcar	10g	3,0g	17,4g
Eiweiß/Protein/Protéines/Proteine Πρωτεΐνη/Białko/Bilkoviny/Proteína	73g	22g	32,2g
Salz/Salt/Sel/Sale/αλάτι/Sol/Sül/Sal	0,20g	0,06g	0,45g
° 30g Pulver/powder in 250ml Wasser/water			
°° 30g Pulver/powder in 300ml fettarmer Milch (1,5% Fett) / low fat milk (1.5% fat)			

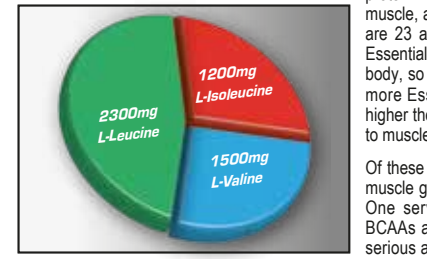
Biologische Wertigkeit/Biological Value (BW)



Protein Efficiency Ratio (PER)



Branched Chain Amino Acids (BCAA)



Aminosäurenprofil/Amino Acid Profile pro/per 100g Eiweiß/Protein

L-Alanin	4,8g	L-Histidin	2,1g	L-Prolin	4,8g
L-Arginin	2,9g	L-Isoleucin	5,4g	L-Serin	4,4g
L-Asparaginsäure	11,0g	L-Leucin	10,5g	L-Threonin	5,0g
L-Cystein	2,6g	L-Lysin	10,2g	L-Tryptophan	2,0g
L-Glutaminsäure	17,1g	L-Methionin	2,2g	L-Tyrosin	3,4g
L-Glycin	1,8g	L-Phenylalanin	3,6g	L-Valin	6,9g

Bei den verschiedenen Methoden zur Bestimmung der Protein-qualität ist Whey-Protein im Vergleich zu anderen Protein-arten herausragend. Die Biologische Wertigkeit (BW) und der Protein Efficiency Ratio (PER) geben an, wie effizient ein Nahrungsprotein in körpereigenes Protein umgesetzt werden kann. Hier gilt: Je höher die Zahl, desto besser. Je mehr lebensnotwendige Aminosäuren (= Eiweißbausteine, die der Körper nicht selbst herstellen kann) das Protein enthält und je ähnlicher die Aminosäuren-Zusammensetzung dem körpereigenen Muster ist, desto hochwertiger ist das Eiweiß.

Mit einem Wert von 104 verfügt Whey-Protein über die höchste Biologische Wertigkeit aller Eiweißrohstoffe. Auch der PER 3,6 von Whey-Protein übertrifft den Wert anderer Einzelproteine deutlich.

Whey-Protein enthält zudem einen hohen Gehalt an verzweigtkettigen Aminosäuren (BCAAs), die etwa 1/3 des Muskelproteins ausmachen. Ein Shake WHEY-PROTEIN 100%, zubereitet mit 30g Pulver, liefert 5000mg BCAAs und ist somit die optimale Eiweißquelle für den ernsthaft trainierenden Athleten.

There are several different methods to measure protein quality. Two of the most important factors are the Biological Value (BV) and the Protein Efficiency Ratio (PER). These measurements show how much of a protein source can be used by the body for muscle protein synthesis. The higher the BV and the PER, the higher the quality of the protein in the food or supplement source. Compared to other protein sources like soy, casein, and wheat, whey protein is the leading protein with a Biological Value of 104 and a PER of 3.6.

Another important measure is the amino acid structure of the protein. In the same way that protein is the building block for muscle, amino acids are the building blocks for protein. There are 23 amino acids in a "complete protein", 9 of which are Essential Amino Acids (EAAs) and cannot be produced by the body, so they must be synthesized from dietary sources. The more Essential Amino Acids a protein source contains, the higher the quality of the protein, and the more it will contribute to muscle protein synthesis.

Of these 9 EAAs, the 3 that make the largest contributions to muscle growth are the Branched Chain Amino Acids (BCAA). One serving of WHEY-PROTEIN 100% delivers 5000mg BCAAs and therefore it's the perfect protein supplement for serious athletes looking to maintain or build lean muscle.

MUSCLE

RECOVER

ANYTIME

As

all stars

100%*

WHEY

PREMIUM QUALITY PROTEIN FORMULA

Wheyprotein-Konzentrat und Wheyprotein-Isolat

* 100% des Proteins stammen aus den Molkenproteinrohstoffen

Geschmack/Taste

CHOCOLATE

Food Supplement

2270g / 5.0lbs

Verzehrempfehlung: 30g Pulver (1 Dosierlöffel = 1 Portion) mit 250ml Wasser oder 300ml Milch in einem Shaker mixen. Trinken Sie 1 Shake täglich, am besten zum Frühstück, als Zwischenmahlzeit, vor oder direkt nach dem Training. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren. Kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise. Den praktischen ALL STARS Shaker Cup können Sie auf www.all-stars.de oder telefonisch unter +49 8803/637 40 bestellen. **Zutaten:** Molkeneiweiß-Konzentrat, Molkeneiweiß-Isolat, Kakao 6%, Aroma, Verdickungsmittel Xanthan, Emulgator Lecithine (Soja), Süßungsmittel Sucralose und Acesulfam K, Salz, Trennmittel Siliciumdioxid. Enthält Milch, Laktose und Soja.

Recommendation: Add 30g powder (1 scoop = 1 serving) to 250ml water or 300ml milk and mix in a shaker cup. Consume 1 shake daily, preferably for breakfast, during the day, before or immediately after your workout. If you are pregnant, breast feeding, taking any prescription medication, or have a medical condition, consult your physician before using any product. This product is not intended to diagnose, treat, cure or prevent any disease. Keep out of reach of children. **Ingredients:** Wheyprotein concentrate, wheyprotein isolate, cocoa 6%, flavor, thickener xanthan gum, emulsifier lecithin (soy), sweetener sucralose and acesulfame K, salt, anti-caking agent silicon dioxide. Contains milk, lactose and soy.

Consommation recommandée: Mélanger la poudre 30g (1 cuillère à mesurer) avec 250ml d'eau ou de lait 300ml. Consommer jusqu'à 1 portion par jour, de préférence immédiatement après votre séance d'entraînement. Ne pas dépasser la dose recommandée. Tenir hors de portée des enfants. **Ingédients:** Concentré de protéines de lactosérum, isolat de protéines de lactosérum, cacao 6%, arôme, épaississant gomme xanthane, émulsifiant lécithine (soja), édulcorant sucralose et acésulfame K, sel, antiagglomérant dioxyde de silicium. Contient du lait, du lactose et du soja.

Dosi e modo d'uso: Mescolare 30g (1 misurino) di polvere con 250ml di acqua o 300ml di latte e assumere 1 volta al giorno, preferibilmente a colazione, prima o subito dopo l'allenamento secondo necessità. **Avvertenze:** Non superare la dose giornaliera consigliata. Non utilizzare in caso di patologie epatiche o renali, nei bambini, o comunque per periodi prolungati senza sentire il parere del medico. Tenere fuori dalla portata dei bambini di età inferiore a 3 anni. Il prodotto va utilizzato nell'ambito di una dieta varia ed equilibrata e di uno stile di vita sano e attivo. **Ingredienti:** Concentrato di proteine del siero di latte, isolato di proteine del siero di latte, cacao 6%, aroma, addensante gomma di xantano, emulsionante lecitina (soia), dolcificante sucralosio e acesulfame K, sale, agente antiagglomerante biossido di silicio. Contiene latte, lattosio e soia.

Δοσολογία: Αναμείξτε 30g σκόνης (1 μεζούρες = 1 δόση) με 250ml νερό ή 300ml γάλα. Καταναλώστε έως 1 δόση ημερησίως, κατά προτίμηση για πρωινό, πριν και αμέσως μετά την προπόνησή σας. Μην υπερβαίνετε τη συνιστώμενη δοσολογία. Να φυλάσσεται μακριά από παιδιά. **Συστατικά:** Συμπύκνωμα πρωτεϊνής ορού γάλακτος, απομονωμένη πρωτεΐνη ορού γάλακτος, κακάο 6%, γεύση, πηκτικό κόμμι ξανθάνης, γαλακτωματοποιητής λεικιδίνης (σόγια), γλυκαντικό σουκραλόζη και ακεσουλφάμη Κ, αλάτι, αντιπυρρινωγό διοξείδιο του πυριτίου. Περιέχει γάλα, λακτόζη και σόγια. **ALL STARS Hellas:** Panepistimiou 57str, 105 64 Athens/GR, Greece: Tel. +30 211 1044 400, **ALL STARS, Cyprus:** Athinon 44str, 1075 Strovolos/Nicosia/CY, Tel. +357 22 422302, info@bbclub.gr, www.bbclub.gr

Sposób spożycia: Wymieszać 30g proszku (1 miarki) z 250ml wody lub mleka 300ml. Zużywać do 1 trziesięcienne, najlepiej na śniadanie, przed i bezpośrednio po treningu. Nie należy przekraczać zalecanej dawki. Trzymać poza zasięgiem dzieci. **Składniki:** Koncentrat białka serwatkowego, izolat białka serwatkowego, kakao 6%, aromat, substancja zagęszczająca guma ksantanowa, emulgator lecytyna (soja), substancja słodząca sukraloza i acesulfam K, sól, substancja przeciwzbrylająca dwutlenek krzemu. Zawiera mleko, laktozę i soję. **ALL STARS Polska Centrum Odżywek i Suplementów FIT AKTIV, ul. Wawelska 5, 02-034 Warszawa/PL, Tel. 22 825 59 41, allstars@allstars.com.pl, www.allstars.com.pl**

Doporučené dávkování: Smíchejte 30g prášku (1 odměrky) s 250ml vody nebo 300ml mléka. Konzumujte až 1x denně, nejlépe na snídani, před a ihned po tréninku. Nepřekračujte doporučené dávkování. Určeno pro zvláštní výživu, nevhodné pro kojící a těhotné ženy. Skladujte mimo dosah dětí. **Složení:** Syrovátkový proteinový koncentrát, syrovátkový proteinový izolat, kakao 6%, aroma, zahušťovadlo xantanová guma, emulgátor lecitin (soja), sladidlo sukrulóza a acesulfam K, sůl, protispěková látka oxid křemičitý. Obsahuje mléko, laktózu a soju. **Dovožce pro ČR:** ALL STARS Fitness Products CZ s.r.o. Kolínská 889/17, 288 02 Nymburk/CZ, Tel. +420 602 380 068, allstars@email.cz, www.allstars-cz.com

Рекомендации: Смешайте 30 г порошка (1 мерные ложки) с 250 мл воды или 300 мл обезжиренного молока. Принимайте до 1 раз в день, желателно на завтрак, до и сразу после тренировки. Не превышайте рекомендуемую дневную норму. Хранить вдали от детей. **Ингредиенты:** Концентрат сыровоточного белка, изолат сыровоточного белка, какао 6%, ароматизатор, загуститель ксантановая камедь, эмульгатор лецитин (соевый), подсластители сукалоза и ацесульфам К, соль, антиспелживатель диоксид кремния. Содержит молоко, лактозу и сою.

Vartojimo rekomendacija: Sumaišykite 30g milteilių (1 kaušeliui) su 250ml vandens ar 300ml pieno. Vartokite iki 1 kokteilį per dieną, geriausiai pusryčiams, prieš ir/arba iš karto po treniruotės. Neviršykite rekomenduojamos normos. Laikyti mažiems vaikams nepasiekiamoje vietoje. Reikia laikyti visavertės ir subalansuotos mitybos. **Sudėtis:** Išrūgų baltymų koncentratas, išrūgų baltymų izoliatas, kakava 6%, aromas, sustiprinantis medžiaga, tirštiklis ksantano derva, emulsifiklis lecitinas (sojos), saldiklis sukralozė ir acesulfamas K, druska, lipnumą reguliuojanti medžiaga silicio dioksidas. Sudėtyje yra pieno, laktozės ir sojos. **JSC Sovereina: Upes st 5, Vilnius, Lithuania, Tel.+37 067 623 335, www.all-starssport.lt**

Način primene: Razmutiti 30g praha (1 merice) sa 250ml vode ili 300ml mleka. Koristiti do 1 puta na dan. Možete koristiti za doručak, pre treniga i odmah nakon treniga. Preporučene dnevne doze se ne smeju prekoračiti. Čuvati dalje od domaćaja dece. **Sastojci:** Koncentrat proteina surutke, izolat proteina surutke, kakao 6%, aroma, zgušnjivač ksanta guma, emulgator lecitin (soja), zaslađivač sukraloza i acesulfam K, so, sredstvo protiv zgrušavanja silicijum dioksid. Sadržiti mleko, laktozu i soju. **ATP SPORT: Tosin bunar 188/16, Belgrade, Serbia, Tel/Fax +381 11 3190 711, atpsport@eunet.rs, www.atpsport.com**

+ Werte pro Portion mit 250ml Wasser / Values per serving mixed with 250ml water • enthält von Natur aus Zucker / contains naturally occurring sugars

Eiweiß-Konzentrat zur Zubereitung eines Proteingetränks. Mit Süßungsmitteln. Geschmack: Schoko. Protein Concentrate, Drinkpowder. With sweeteners. Taste: Chocolate. Polvere solubile con edulcoranti. Sapore: Cioccolato. Concentré de protéines en poudre avec édulcorants. Arôme : Chocolat. Suplemento dietético con proteínas. Con edulcorantes. Sabor: Chocolate.

Inhalt/Content/Contenu/Peso netto περιεχόμενο/Zawartość/Obsah Сочет/Turiny/Sadržaj/Contenido:

2270g e

ALL STARS Fitness Products GmbH Postfach 70 • DE-82378 Peißenberg www.all-stars.de • ☎ +49 8803/63740

75

PORTIONEN SERVINGS

Ungeöffnet und trocken aufbewahrt, mindestens haltbar bis/Lot-Nr.: Siehe Boden. Not opened, stored cool and dry best before/Lot-Nr.: See bottom. Do not use if the seal under cap is broken. Conserver fermé dans un endroit frais et sec, voir la date de durabilité minimale/DDM-n° de lot sur le côté inférieur. Conservare in un luogo fresco e asciutto. Da consumarsi pref. entro fine/Lotto: Vedi fondo. Διατηρείται σε σκευρό και άρσοςρό μέρος (από ένα σφραγισμένο) μέχρι/Κωδικός: αναγράφεται στη συσκευασία. Nie otwarte, przechowywane w chłodnym i suchym miejscu można spożyć do: daty podanej na spodzie Lot-Nr. Podane na spodzie. Neotvorené, v chladu a suchu uskladnené minimálnej trvanlivosti do: viz obal. Хранить в прохладном и сухом месте в закрытом виде. Срок годности/дата изготовления и № лота: см. на дне упаковки. Не использовать в случае нарушения мембраны под крышкой. Неоткрытый/лакий соусею вёсёлю вёсёлю. Geriausias iki/žr ant taros: ménuo, metal. Ne otvarati, čuvati na hladnom i suvom i upotrebiti pre/ Lot-Br.: Upisan na pakovanju. Sin abir, almacenado en un lugar fresco y seco. Mejor antes / No. Lote: ver tereno.

LUST AUF MEHR?
ALL-STAR.S.DE

f @

100% Whey Protein/Schoko/2270g/Art.-Nr. 1221 02/24 BRD/UK/FIT/GR/PL/CZ/RUS/LIT/SRB/UA/ES Importeur CH/FL: ICM International Commerce Media Establishment, Wirtschaftspark 39 Postfach 55, 9492 Eschen/FL, Tel. +423 377 5641, info@icm.li, www.icm.li