

“Met onze
Alka[®] Coach
staat u er niet
alleen voor!”

Alka[®] Coach

Heeft u vragen over één van de Alka[®] producten? Ontvangt u graag een persoonlijk advies voor uw gezondheid? Dan nodigen wij u van harte uit voor een (gratis) telefonisch gesprek met één van onze Alka[®] coaches.

U belt hiervoor naar:

📞 NL: (040) 30 400 17 | 📞 BE: 03 808 15 98

of neem contact met ons op via

www.alka.nl | www.alka.be

Onze Alka[®] coaches staan iedere werkdag van 09.00 tot 17.30 uur voor u klaar.

Volg ons verhaal op

Social media

📷 [instagram.com/alka.nl](https://www.instagram.com/alka.nl) | 📘 [facebook.com/AlkaVitae](https://www.facebook.com/AlkaVitae)

Mis niets en meld je ook aan voor de digitale nieuwsbrief:

📧 www.alka.nl/nieuwsbrief | 📧 www.alka.be/nl/nieuwsbrief

AlkaVitae[®] International BV

Esp 246
5633 AC Eindhoven
Nederland

T. +31 40 3040017
www.alkavitae.com
support@alkavitae.com

Alka[®]

GEBRUIK VOOR SPORTERS

Zuur-base in balans!



Informatie over ontzuren voor sporters

AlkaVitae[®]
the original Alka[®] company

Alka[®] gebruik voor sporters

Verzuurde spieren? Alka[®] ontzuurt!

Topsporters kennen het proces van verzuurde spieren na enige tijd van hun top-prestatie maar al te goed. Ook de minder gevorderde sporters en recreanten, zoals fietsers, schaatsers en wandelaars weten beslist wat spierpijn is. Met Alka[®] gaat u de spieren actief ontzuren, zodat u langer kunt genieten en sneller herstelt van uw favoriete sport.



Tijdens het sporten hebben de spieren veel energie nodig. Verzuring van de spieren ontstaat wanneer het lichaam niet voldoende zuurstof en voedingsstoffen kan aanleveren om aan de energievraag te voldoen. De cellen gaan dan energie produceren op basis van glucose waarbij melkzuren vrijkomen. Wanneer de melkzuren niet voldoende worden geneutraliseerd door de basische buffers van het lichaam, welke voornamelijk bestaat uit natriumbicarbonaat, kunnen verzuringsklachten als spierpijn en duizeligheid ontstaan.

Alka[®] Druppels & Alka[®] Tabs Original

Om verzuring effectief tegen te gaan dient u het bicarbonaatgehalte in het bloed voor, tijdens en na het sporten op veilige wijze te verhogen zodat de capaciteit om melkzuren te bufferen wordt vergroot. Alka[®] Druppels en Alka[®] Tabs Original zijn speciaal ontwikkeld om de basische buffers in lichaam en spieren te vergroten zonder de natuurlijke mineralenbalans te verstoren. Met Alka[®] Druppels en Alka[®] Tabs Original kunt u langer van uw sport genieten en herstellen uw lichaam en spieren veel sneller.

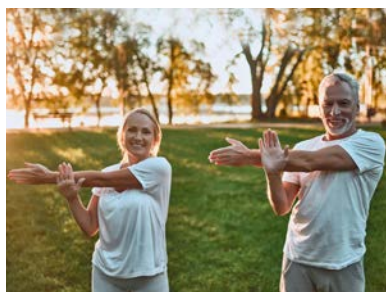


Gebruiksaanwijzing voor sporters

Op reguliere dagen, de dagen dat u niet sport:

Alka[®] Druppels : drink dagelijks 4 - 5 glazen water (250 ml) met 4 druppels

Alka[®] Tabs Original : neem dagelijks 2 tabletjes (1 na het ontbijt en 1 na de avondmaaltijd)



Op sportdagen, tijdens trainingen en wedstrijden:

Alka[®] Druppels : drink gedurende de dag (voor en na het sporten) 4 – 5 glazen water (250ml) met 4 druppels. Drink tijdens het sporten (uit een bidon of flesje) water met 8 druppels per 500 ml water

Alka[®] Tabs Original : neem na het ontbijt 2 tabletjes en na de eerste maaltijd na de wedstrijd of de training 2 tabletjes



Let op: Neem de Alka[®] Tabs Original niet in met water met Alka[®] Druppels, hierdoor zal de maagsapresistente coating van de tabletjes sneller oplossen!

Alka[®] Bad

Het herstel van de verzuurde spieren kan worden geïntensiveerd. Na het sporten is het heerlijk om een warm ontzurend bad te nemen. Door toevoeging van Alka[®] Bad aan het badwater krijgt deze een basische waarde van \pm pH 8,5. Zure afvalstoffen in uw lichaam worden via de huid door een osmotische druk van binnen naar buiten afgevoerd. Magnesium is het mineraal dat zorgt voor spierontspanning. Alka[®] Bad bevat de juiste hoeveelheid magnesium en calcium voor een optimale ontspanning van de spieren. Geniet van Alka[®] Bad na een intensieve inspanning!



Alka[®] Thee



Alka[®] Thee bestaat uit een uitgebalanceerde selectie van 52 verschillende soorten kruiden. Het drinken van Alka[®] Thee bevordert de afvoer van melkzuren die tijdens de laatste sportprestatie zijn ontstaan. Wij adviseren u enkele koppen per dag te drinken, dit kan ook met Alka[®] Druppels erin.

Alka[®] Greens

Begin de dag met een glas Alka[®] Greens en voed het lichaam met een weldadige hoeveelheid basische voedingsstoffen. Alka[®] Greens beschermt het lichaam tegen verzuring vanwege de geselecteerde basische en orthomoleculaire voedingsstoffen. Verhoogt de weerstand en biedt goede ondersteuning aan de gewrichten, spieren, darmen en hersenen.

