

GB Use: Beneficial effect is obtained with a daily intake of 3 g of creatine, combined with high intensity exercise. For best results, take 6 g daily with water or fruit juice before workout. Do not exceed. **Ingredients:** creatine monohydrate. This food supplement should not be used to replace a balanced and varied diet and a healthy way of life. Keep away from young children. **FR** *La créatine améliore les capacités physiques en cas de séries successives d'exercices très intenses de courte durée. **Mode d'emploi:** l'effet bénéfique est obtenu par la consommation journalière de 3 g de créatine, combinée à des exercices physiques très intenses. Pour un effet optimal, mélanger 6 g par jour dans de l'eau ou du jus de fruit avant l'effort pendant maximum 4 semaines. A ne pas dépasser. **Ingédients:** créatine monohydrate. Complément alimentaire ne pouvant remplacer une alimentation variée et équilibrée et un mode de vie sain. Tenir hors de portée des jeunes enfants. **NL** Creatine verhoogt de fysieke prestaties in opeenvolgende reeksen korte, hoogintensieve oefeningen. **Gebruiksaanwijzingen:** Het voordeel wordt verkregen door de dagelijkse consumptie van 3 g creatine gecombineerd met zeer intense fysieke inspanningen. Voor de beste resultaten, dagelijks 6 g met water of vruchtsap mengen voor de inspanning. Voorgeschreven doseringen niet overschrijden. **Ingrediënten:** creatine monohydraat. Voedingssupplement dat niet als vervanging voor een gevarieerde, evenwichtige voeding en een gezonde manier van leven gebruikt mag worden. Bewaren uit de buurt van jonge kinderen. **DE Anwendung:** Man bekommt das Vorteil durch eine tägliche Einnahme von 3 g creatine kombiniert mit sehr intensive körperliche Anstrengungen. Für die beste Resultaten, 6 g täglich mit Wasser oder Fruchtsaft gemischt nehmen Vor dem Training/Workout. Diese Menge nicht überschreiten. **Zutaten:** Kreatinmonohydrat. Dieses Nahrungsergänzungsmittel sollte nicht als Ersatz für eine ausgewogene Ernährung und einen gesunden Lebensstil verwendet werden. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren. **ES** **Uso:** El efecto beneficioso se obtiene con una dosis diaria de 3 gr. de creatina, combinada con un ejercicio físico intenso. Para obtener mejores resultados, mezclar diariamente 6 g con agua o zumo de fruta antes del esfuerzo. No sobrepasar. **Ingredientes:** creatina monohidrato. Complemento alimentario que no reemplaza una alimentación variada y un modo de vida sano. Mantener lejos del alcance de los niños. **IT** Integratore Alimentare di Creatina Monoidrato, in polvere. *La creatina incrementa le prestazioni fisiche in caso di sforzi ripetuti di elevata intensità e di breve durata. **Modo d'uso:** Assumere un misurino (3 g) al di disciolto in acqua o succo di frutta, preferibilmente prima dell'attività fisica, per gli sportivi l'apporto giornaliero può arrivare a due misurini (6 g) al di per non più di 30 giorni consecutivi. Leggere attentamente le avvertenze. **Ingredienti:** Creatina monoidrato (di cui l'88% Creatina). Note e Avvertenze: Per la presenza di creatina non utilizzare in gravidanza e nei bambini, o comunque per periodi prolungati senza sentire il parere del medico. Il prodotto non sostituisce una dieta variata, equilibrata e uno stile di vita sano. L'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 3 g di creatina. Non superare la dose giornaliera consigliata. Tenere fuori dalla portata dei bambini al di sotto dei tre anni. Una dieta variata, equilibrata e uno stile di vita sano sono importanti. Conservare il prodotto ben chiuso in luogo fresco e asciutto, lontano da fonti di calore e dai raggi solari. **RU** Биологически активная добавка к пище "Креатин Моногидрат 100% чистый". Масса нетто 300 г. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ. **Состав:** креатин моногидрат. Пищевая ценность на 1 порцию (2 г) / (% от РУСП): белки - 2 г (2,7%). Энергетическая ценность - 8 Ккал (34 кДж). Рекомендации по применению: взрослым принимать при занятиях спортом по 2 г (1/2 чайной ложки без верха) 1 раз в день во время еды до или после физической нагрузки. Продолжительность приема: не более 4 недель. Область применения: для реализации населению в качестве биологически активной добавки к пище - дополнительного источника креатина. Противопоказания: индивидуальная непереносимость компонентов, хронические заболевания почек. Перед применением рекомендуется проконсультироваться с врачом. Свидетельство о гос. рег-ции: RU.77.99.88.003.E.004616.10.18 от 18.10.2018г.

*Creatine increases physical performance in successive bursts of short-term, high intensity exercise.

QNT

CREATINE

MONOHYDRATE — 100% PURE & BEFORE WORKOUT

INCREASES PHYSICAL PERFORMANCE - HIGH INTENSITY EXERCISE*

50
SERVINGS

CONT.300G e (0.66LBS)

Supplement Facts

Serving size: 6 g
Servings per container: 50

Typical nutritional values / Valeurs nutritionnelles moyennes / Gemiddelde voedingswaarden / Informazioni Nutrizionali valori medi / Пищевая ценность	/ 3 g	/6 g	/ 100 g
Energia / Energie / Brennwert / Valore energetico / Energia / Energía / Калории	51 kJ 12 kcal	102 kJ 24 kcal	1700 kJ 400 kcal
Fat / Matières grasses / Vetten / Fett / Lípidos / Grassi / Жиры - saturated / acides gras saturés / davon gesättigte Fettsäuren / verzadigde vetzuren / ácidos grasos saturados / di cui: Saturi / насыщенные жиры	0 g 0 g	0 g 0 g	0 g 0 g
Carbohydrates / Glucides / Koolhydraten / Kohlenhydrate / Hidratos de carbono / Carboidrati / Углеводы - sugars / sucres / davon Zucker / suikers / azúcares / di cui: Zuccheri /	0 g 0 g	0 g 0 g	0 g 0 g
Proteins / Protéines / Eiwitten / Eiweiß / Proteínas / Proteine / Белок	3 g	6 g	100 g
Salt / sel / zout / Salz / sal / sale / соль	0 g	0 g	0 g

Creatine monohydrate / Créatine monohydrate / Creatine monohydraat / Kreatinmonohydrat /
Creatina monoidrata / Creatina monohidrato / Креатин моногидрат **3000 mg 6000 mg 100 g**

Best before end date / Lot N°: see side of the container • A consommer de préférence avant fin /N°Lot: voir pot • Tenminste houdbaar tot einde /Lot N°: zie pot • Minstens haltbar bis Ende /Los Nr : siehe Dose • Da consumarsi preferibilmente entro /N° Lotto: vedi contenitore • Consumir preferentemente antes de fin de /N°Lote: ver bote • Дата изг-ния: (MFD: месяц/год) / N° партии / Годен до конца: (EXP: месяц/год) - см. на дне банки.

UK: QNT SPORT LIMITED, Littleport, ELY, CB6 1PE. **- CH:** STS Swiss Top Services, 1030 Bussigny. Hergestellt in der EU. - **Импортер (организация, уполномоченная принимать претензии от потребителей):** ООО «Левел 99», 121471, г. Москва, ул. Рябиновая, д. 38, стр. 1. Тел.: +7 (499) 213-01-99.

Made for /Fabriqué pour (Producent / Изготовитель) :

QNT sa, Technoparc de Thudinie 3,
B-6536 Donstienues (Belgium / Бельгия)



5425002406806

040030v020202