

**Liebe Sportlerin, lieber Sportler,**

wir freuen uns, dass Sie sich für Orthomol Sport perform entschieden haben, ein Qualitätsprodukt der Firma Orthomol. Orthomol setzt seine ganze Erfahrung und sein Wissen bei der Herstellung von orthomolekularen Mikronährstoffkombinationen ein, um Sie mit hochwertigen Produkten für Ihre Gesundheit zu unterstützen. Das Orthomol-Multi-Sport-Prinzip ergänzt das Produktsortiment um Kombinationen aus sportrelevanten Mikro- und Makronährstoffen. In diesem Packungsbeileger finden Sie Informationen zum Produkt und seinen Inhaltsstoffen sowie wichtige Hinweise zur Einnahme. Wenn Sie weitere Fragen haben, sprechen Sie bitte mit Ihrem Arzt.

**Was ist Orthomol Sport perform?**

Orthomol Sport perform ist ein Nahrungsergänzungsmittel. Wichtige Nährstoffe zur Aufrechterhaltung der Leistungsfähigkeit während des Sports. Magnesium trägt zum Elektrolytgleichgewicht bei. Zudem tragen die Mineralstoffe Calcium, Magnesium und Kalium zu einer normalen Muskelfunktion bei. Vitamin B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub> sowie Magnesium tragen zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei. Calcium und Magnesium sowie Vitamin B<sub>6</sub> und Vitamin B<sub>12</sub> leisten einen Beitrag zu einem normalen Energiestoffwechsel. Zudem trägt Vitamin B<sub>6</sub> zu einem normalen Eiweiß- und Glycogenstoffwechsel bei.

Mit Koffein und Polyphenolen.

**Wie nehme ich Orthomol Sport perform ein?**

Den Inhalt eines Beutels (= 1 Portion) in ca. 600 ml stillem Wasser anmischen und während der sportlichen Aktivität einnehmen. Die empfohlene tägliche Verzehrsmenge beträgt 2 Portionen, die in insgesamt ca. 1.200 ml Flüssigkeit aufgelöst werden.

**Wie lange soll ich Orthomol Sport perform einnehmen?**

Das Produkt eignet sich zum regelmäßigen täglichen Verzehr.

**Was muss ich beachten?**

- Orthomol Sport perform enthält Koffein. Für Kinder, schwangere oder stillende Frauen und koffeinempfindliche Personen nicht empfohlen (50 mg Koffein pro Tagesdosis).
- Die empfohlene Tagesdosis darf nicht überschritten werden.
- Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung dienen. Achten Sie auf eine gesunde Lebensweise.
- Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren.

**Gibt es weitere nützliche Hinweise?**

- Orthomol Sport perform ist gluten- und lactosefrei.
- Orthomol Sport perform zeitnah nach der Zubereitung trinken.

**Wie lagere ich Orthomol Sport perform?**

Bevorzugt kühl und trocken aufbewahren.

**In welchen Darreichungsformen ist Orthomol Sport perform erhältlich?**

- Granulat

**Wo erhalte ich weitere Informationen?**

Wenn Sie mehr über orthomolekulare Ernährung erfahren möchten, hilft Ihnen unser Service-Center unter 02173 9059-0 gerne weiter.

**Herzlichst****Ihre Orthomol GmbH**

Herzogstraße 30  
40764 Langenfeld  
Telefon 02173 9059-0  
info@orthomol-sport.de  
www.orthomol-sport.de

**orthomol**



## Zusammensetzung

1 Tagesportion zu 28 g Granulat (2 Beutel)

|                          | pro 2 Portionen         | pro 100 g                  |
|--------------------------|-------------------------|----------------------------|
| <b>Brennwert/Energie</b> | <b>399 kJ (95 kcal)</b> | <b>1.424 kJ (340 kcal)</b> |
| Fett, davon              | 0 g                     | 0 g                        |
| gesättigte Fettsäuren    | 0 g                     | 0 g                        |
| Kohlenhydrate, davon     | 20 g                    | 73 g                       |
| Zucker                   | 20 g                    | 72 g                       |
| Eiweiß                   | 0 g                     | 0 g                        |
| Salz                     | 1,41 g                  | 5,02 g                     |

|                         | pro 2 Portionen | %RM* pro 2 Portionen |
|-------------------------|-----------------|----------------------|
| <b>Vitamine</b>         |                 |                      |
| Vitamin B <sub>6</sub>  | 4,2 mg          | 300                  |
| Vitamin B <sub>12</sub> | 7,5 µg          | 300                  |

|                      | pro 2 Portionen | %RM* pro 2 Portionen |
|----------------------|-----------------|----------------------|
| <b>Mineralstoffe</b> |                 |                      |
| Kalium               | 300 mg          | 15                   |
| Chlorid              | 1.000 mg        | 125                  |
| Calcium              | 150 mg          | 19                   |
| Magnesium            | 60 mg           | 16                   |

|                              | pro 2 Portionen | %RM* pro 2 Portionen |
|------------------------------|-----------------|----------------------|
| <b>Weitere Inhaltsstoffe</b> |                 |                      |
| Koffein                      | 50 mg           | **                   |
| Polyphenole                  | 200 mg          | **                   |

## Zutaten

Dextrose, Fructose, Säuerungsmittel Citronensäure, Natriumchlorid, Calciumgluconat, Calciumlactat, Kaliumchlorid, Magnesiumsalze der Zitronensäure, Traubenkern-Extrakt mit Polyphenolen (aus *Vitis vinifera*) (0,8%), Aroma, färbendes Konzentrat aus Karotte, Koffein (0,2%), Süßungsmittel Sucralose, Pyridoxinhydrochlorid, Cyanocobalamin

\* RM = Referenzmenge nach EU-Verordnung 1169/2011

\*\* keine Empfehlung der EU vorhanden

Hergestellt in einem  
ISO 22000-  
zertifizierten Betrieb



Die Orthomol GmbH produziert als erstes Unternehmen in Deutschland ergänzende bilanzierte Diäten und Nahrungsergänzungsmittel nach diesen strengen Kriterien der Lebensmittelsicherheit.

Für mehr Transparenz und Sicherheit wird Orthomol Sport perform in der Kölner Liste® geführt.