

Vitargo®

PROFESSIONAL



Citrus
FLAVOUR

www.vitargo.se

Before

During

After

- **Vitargo**
- **BCAA**
- **Caffeine**



Net
Nettovikt
Nettopaino **1 kg**

Vitargo[®] PROFESSIONAL



Sportdryck med BCAA, koffein och mineraler. Innehåller sötningsmedel
A mineralised sportsdrink containing carbohydrates, BCAA and caffeine. Contains sweeteners
Urheilujuoma, jossa on BCAA:ta, kofeiinia ja mineraaleja. Sisältää makeutusaineita

Sportdryck & kolhydrattillskott med BCAA, koffein och mineraler.



Kolhydrat-elektrolytlösningar bidrar till att underhålla uthållighetsprestationen under långvarig uthållighetsträning.

Kolhydrat-elektrolytlösningar ökar vätskeabsorptionen under fysisk aktivitet.

Vi rekommenderar sportdrycken Vitargo Professional till idrottare som vill öka vakenhet, koncentrationsförmåga, upplevd energi, uthållighet och anaerob förmåga. Koffein har i vetenskapliga studier visat sig förbättra så väl uthållighet¹, kognitiv förmåga¹ som den anaeroba förmågan².

- Hogervors Et et al. Caffeine improves physical and cognitive performance during exhaustive exercise. Med Sci Sports Exerc. 2008 Oct;40(10):1841-1851.
- Anselme F et al. Caffeine increases maximal anaerobic power and blood lactate concentration. Eur J Appl Physiol Occup Physiol. 1992;65(2):188-191.
- Vitargokolhydratens osmolalitet vid 5 %-ig lösning är ca. 11 mOsm/kg. Dextros/druvsocker är ca. 300 mOsm/kg. Maltodextrin ca. 48 mOsm/kg vid samma koncentration.

Varför Vitargo?

Vitargokolhydraten ger en ultra-hypoton dryck med en osmolalitet runt 20–30 mOsm/kg vid en koncentration på 5 % kolhydrat, se tabell 2. Vid en 10 %-ig lösning blir osmolaliteten således låga 40–60 mOsm/kg. Hypotona drycker passerar snabbt mage och tarm samt främjar upptaget av vätska (hypoton dryck 50–270 mOsm/kg). På grund av detta ges möjligheten att blanda högkoncentrerad sportdryck med högre energiinnehåll/dl färdig dryck! Kallt väder = högkoncentrerad sportdryck.

En traditionell sportdryck (baserad på dextros, glukos, sackaros, maltodextrin) är oftast isoton (280–330 Osm/kg), vid en koncentration runt 5 % kolhydrat, vilket ger högre osmolalitet och därmed en långsammare passage genom mage till tarm. En traditionell sportdryck ger dessutom hög osmolalitet om man vill blanda koncentrerad dryck, t.ex. 10 %-ig sportdryck, värden över 500–600 mOsm/kg är inte ovanligt. Har en dryck hög osmolalitet ökar risken för obehaglig mage, något idrottaren vill undvika.

Välkommen att prova Vitargo! (ref. till kliniska studier på Vitargokolhydraten, se www.vitargo.se)

Tillredning

Fyll en flaska med 2 dl vatten. Håll i pulvret (70 g = 2 skopor), skaka kraftigt i ca. 1 minut. Fyll upp till slutvolym 7,5 dl.

Användning

Sportdryck under tävling/träning: Vi rekommenderar maximalt upp till tre portioner Vitargo Professional per tävling på grund av högt koffeininnehåll [20,4 mg koffein/100 ml dryck]. Pågår aktiviteten mer än 2–3 timmar rekommenderas därav intag av sportdrycken Vitargo +Electrolyte som komplement till Vitargo Professional. Mer information finns på www.vitargo.se. Förvaras torrt och väl förslutet.

Ingredienser:

Stärkelse*, Grenade aminosyror (L-leucin, L-isoleucin, L-valin), Surhetsreglerande medel (citronsyra, äpplesyra), Tri-natriumcitrat, Kalciumglukonat, Magnesiumglukonat, Arom, Kaliumglukonat, Koffein (0,2%), Färgämne (Betakaroten), Sötningsmedel (Sucralose). **Hög koffeinhalt [20,4 mg koffein/100 ml dryck]. Rekommenderas ej för barn och gravida eller ammande kvinnor.** * Patentnr EU 0745096 för Vitargo Stärkelse

Carbohydrate-electrolyte solutions contribute to the maintenance of endurance performance during prolonged exercise.



Vitargo[®] is a unique, patented starch carbohydrate, with zero sugars. Vitargo is a large, complex carbohydrate with low osmolality (osmolality is a measure of the number of particles dissolved in a solution—the larger the molecules the lower the osmolality). Vitargo Professional is a carbohydrate-electrolyte solution specially developed for athletes.

Preparation

Fill a third of a sports drink bottle or a shaker (~200 ml) with water and add the powder (2 scoops). Shake vigorously for 1 minute. Then top up with water (total solution 7,5dl).

Usage

Maximum 3 (2 if you have got low tolerance to caffeine) portions during competition, preferably during the late phase of endurance sports. **High in caffeine content (20,4 mg koffein/100 ml drink).** During activity/sports lasting longer than three hours, use Vitargo+ Electrolyte.

Additional information: Caffeine content of 100 g powder: 218 mg. BCAA: 2:1:1 per 100 g powder, 55 g where of L-leucin 2,75 g, L-valin 1,38g and L-isoleucin 1,38 g. Keep this package tightly closed in a dry place.

Ingredients:

Starch*, BCAA (L-leucine, L-isoleucine, L-valine), Acidifier (Citric acid, Malic acid), Tri-sodium citrate, Calcium gluconate, Magnesium luconate, Flavouring, Potassium luconate, Caffeine (0,2%), Color (Beta carotene), Sweetener (Sucralose). **High in caffeine content (20,4 mg koffein/100 ml drink). Not recommended for use by children and pregnant women.**

*Protected by EU Patent (EU 07 45096) Vitargo. * Protected by EU Patent (EU 0745096)

Hiilihydraatti-elektrolyttiliuos edistää kestävyysuoritusta pitkäkestoisen kestävyysharjoittelun aikana.



Vitargo[®] on ainutlaatuinen, patentoitu sokeriton hiilihydraatti, joka on kehitetty erityisesti huippu-urheilijoiden toiveiden mukaan. Vitargon hiilihydraatti muistuttaa rakenteeltaan glykogeenia (lihaksen tärkein energialähde).

Valmistus

Täytä urheilujuomapullon tai shakerin 2 dl vettä ja lisää 2 mitallista jauhetta. Ravista voimakkaasti 1 minuutin ajan. Lisää juomaan vettä kokonaistilavuuteen 7,5 dl asti.

Käyttö

Ota maksimissaan 3 (2, jos olet herkkä kofeiinille) annosta kilpailun aikana, mieluiten myöhäisessä vaiheessa kestävyysuoritusta. **Korkea kofeiinipitoisuus [20,4 mg kofeiinia/100 ml juomaa].** Jos aktiiviteetti/urheilusuoritus kestää yli kolme tuntia, niin täydennä Vitargo +Electrolyte -tuotteella. Säilytä viileässä ja kuivassa.

Valmistusaineet:

Tärkkelys*, BCAA (L-leusiini, L-isoleusiini, L-vallini), Happamuudensäätöaine (Sitruunahappo, Omenahappo), Trinatriumsitraatti, Kalsiumglukonaatti, Magnesiumglukonaatti, Aromi, Kaliumglukonaatti, Kofeiini (0,2%), Väriaine (Betakaroteeni), Makeutusaine (Suklaroosi). **Korkea kofeiinipitoisuus [20,4 mg kofeiinia/100 ml juomaa]. Ei suositella lapsille eikä raskaana oleville tai imettäville naisille.**

* EU patenttisuoja numero (EU 0745096)

Tabell 1

Kolhydrat	Medelmolekylvikt
Stärkelse	> 1 000 000
Vitargo [®]	500 000-700 000
Maltodextrin	1000-10 000
Dextros	180

Tabell 2

Osmolalitetstabell	mOsm/kg
Kranvatten ^z	5-15
Vitargo ^x	11
Maltodextrin DE 18 ^x	48
Dextros ^x	300

^z värdet beror på vattnets hårdhet
^x = 5 %-ig lösning

NÄRINGSVÄRDE NUTRITIONAL VALUE RAVINTOSISÄLTÖ

	Per 100 g	70 g (2 scoops)	per 100 ml RTD
Energi / Energy / Energiaa [kJ/kcal]	1537/366	1076/256	143/34
Fett / Fat / Rasvaa [g]	0	0	0
varav mättat fett/of which saturated fat/josta tyydyttyntä rasvaa [g]	0	0	0
Kolhydrater / Carbohydrates / Hiilihydraatteja [g]	86	60,2	8
varav sockerarter / of which sugars / josta sokereita [g]	0	0	0
varav stärkelse / of which starch / josta tärkkelystä [g]	81	56,7	7,6
Protein / Protein / Proteiinia [g]	5,5	3,85	0,5
Salt / Salt / Suolaa [g]	900	630	84
Natrium/Sodium/Natriumia [mg]	360	250	33
Kalium/Potassium/Kalliumia [mg]	105	74	10
Kalcium/Calcium/Kalsiumia [mg] (% DRI**)	140(18%)	98	13
Magnesium/Magnesium [mg] (% DRI**)	55(15%)	39	5

** Dagligt Referens Intag / Daily Reference Intake / Päivän saantisuositus

Tillverkas för marknadsförs och säljs i Norden av:
Energikakan AB
 Tel: +46 480 224 77
www.vitargo.se

Tillverkad i Sverige för / Manufactured in Sweden for /
 Valmistettu Ruotsissa. Valmistuttaja:
Energikakan AB
 Tel. +46 480 224 77
www.vitargo.se

Bäst före / Expire date / Parasta ennen:



7 394246 200311