

PRODUKTINFORMATION:

B-KOMPLETT

Hochkonzentrierter Vitamin B Komplex für starke Nerven, Energie und Konzentration. B-KOMPLETT enthält nicht nur alle acht B-Vitamine in aufeinander abgestimmter, stoffwechselaktiver Form, sondern darüber hinaus auch Cholin, Inositol, Pangamsäure und Folat.

Gesundheitsbezogene Angaben:

Vitamin B trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel und Nervensystem bei.

Wenn mentale Performance und gesunde Nerven im hektischen Alltag gefordert sind, zeigen die B-Vitamine was sie können. Zusätzlich enthält die Rezeptur die Vitaminoide Cholin, Inositol und Pangamsäure. B-Vitamine unterstützen das Nervensystem, kurbeln den Energiehaushalt an und sind wichtige Regulatoren und Aktivatoren im Stoffwechsel. Da sie zu den wasserlöslichen Vitaminen gehören, werden B-Vitamine im Organismus weniger gut gespeichert und sollten deswegen regelmäßig über die Nahrung zugeführt werden.

Tipp: Die besten natürlichen Vitamin B Quellen Getreide und Getreideprodukte: Weizenkeime, Speisekleie, nahezu alle Vollkorngetreide und Hefe

Tierische Produkte: Fleisch, Fisch, Eier und Milchprodukte

Nüsse & Saaten: Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne, Sesam, Pistazien, Erdnüsse, Mandeln und Walnüsse

Gemüse & Pilze: Brokkoli, Avocado, Spargel, Rosenkohl, Grünkohl, Rote Bete, Spinat, Karotten, Blumenkohl, Feldsalat, Pfifferlinge, Steinpilze, Champignons, Austernpilze und Kartoffeln