



TOP VERSORGT IM TRAINING



Vor dem Training
1 Std. davor



(500 ml)

MODERATES TRAINING
regelmäßig



(kleine Portionen)

INTENSIVES TRAINING
regelmäßig



(kleine Portionen)

Nach dem Training
innerh. von 30 Min.



(500 ml)

BEGINN

ENDE

Vor dem Training

Die richtige Grundlage verbessert dein Trainingsergebnis

Trinke 1 Stunde vor

- moderatem Training:
500 ml Mineral-Pur-Drink
- intensivem Training:
500 ml Isoton-Energiedrink

Während des Trainings

Ein effizientes Training steigert dein Leistungsvermögen

Trinke während

- moderatem Training:
kleine Portionen Mineral-Pur-Drink
- intensivem Training:
kleine Portionen Isoton-Energiedrink

Nach dem Training

Die richtigen Nährstoffe beschleunigen deine Regeneration

Trinke innerh. von 30 Min. nach

- moderatem Training:
500 ml Regeneration-Mineraldrink
- intensivem Training:
500 ml Protein-Regenerationsturbo