



## Beim Sport: Magnesiumverlust schnell wieder ausgleichen

*Diese Meldung ist ausschließlich an Medien in der Schweiz adressiert*

(ddp direct) Das milde Frühlingswetter lockt sie wieder hinaus in die Natur, die Radler, Golfer, Jogger oder Kletterer. Die körperliche Belastung erinnert aber auch oft schnell schmerzhaft daran, dass die Magnesiumverluste - primär durch eine gesteigerte Schweißproduktion - leicht zu Muskel- oder Wadenkrämpfen führen können. Um den Flüssigkeits- und Mineralstoffverlust wieder auszugleichen, eignet sich eine Extra-Portion Magnesium, wie z. B. das neue Trinkgranulat von Magnesium-Diasporal activ 375 (Apothek, Drogerie). In einem Glas Wasser aufgelöst, löscht das Getränk schnell den ersten Durst und erfrischt mit seinem fruchtigen Orangengeschmack. So wird der Körper schnell mit der benötigten Tagesration Magnesium versorgt, denn der Mineralstoff in Form von Magnesiumcitrat kann vom Organismus besonders leicht aufgenommen werden. Die Muskeln können wieder entspannen und Krämpfe lassen nach. Weitere Tipps und Informationen unter [www.diasporal.ch](http://www.diasporal.ch).

Pour remédier rapidement à la perte de magnésium après le sport

Avec le retour de la douceur du printemps, les cyclistes, joggeurs et les grimpeurs font leur réapparition. Les douleurs corporelles se rappellent vite à leur souvenir avec la perte de magnésium, avant tout liée à l'augmentation de la transpiration, qui entraîne des douleurs musculaires, notamment aux mollets. Pour remédier à cette perte de fluide et de minéraux, il faut prendre du magnésium, par exemple sous forme de granulés à boire de Magnesium-Diasporal activ 375 (pharmacies et drogueries). Dilués dans un verre d'eau, ils donnent une boisson rafraîchissante au goût d'orange qui étanche rapidement la première soif. Le corps reçoit ainsi rapidement la dose quotidienne dont il a besoin car le citrate de magnésium est particulièrement facile à absorber par l'organisme. Les muscles se détendent à nouveau et les crampes disparaissent. Pour plus de conseils et d'informations : [www.diasporal.ch](http://www.diasporal.ch).

Nello sport: compensa rapidamente la carenza di magnesio

Arriva la primavera e noi non vediamo l'ora di uscire nella natura per una gita in bicicletta, per una bella corsa o per una scalata. Ma lo sforzo fisico, che viene spesso accompagnato da dolore, ci ricorda che la carenza di magnesio, soprattutto a causa di una sudorazione intensa, può portare a crampi muscolari. Per compensare la perdita di liquidi e di minerali, è consigliabile assumere un'ulteriore dose di magnesio, come ad esempio il nuovo granulato da sciogliere in acqua Magnesium-Diasporal activ 375 (farmacia, parafarmacia). Disciolto in un bicchiere d'acqua, disseta subito dopo lo sport e rinfresca con il suo gusto all'arancia. In questo modo riforniamo il corpo con la razione necessaria quotidiana di magnesio che, sotto forma di magnesio di citrato, può venire rapidamente assorbito dal corpo. I muscoli possono di nuovo rilassarsi e i crampi si sciolgono. Ulteriori consigli e informazioni si trovano alla pagina [www.diasporal.ch](http://www.diasporal.ch).

Shortlink zu dieser Pressemitteilung:

<http://shortpr.com/i6b4l2>

Permanentlink zu dieser Pressemitteilung:

<http://www.themenportal.de/gesundheit/beim-sport-magnesiumverlust-schnell-wieder-ausgleichen-51304>

=== Magnesium-Nachschub durch erfrischendes Trinkgranulat (Bild) ===

Shortlink:

Permanentlink:

<http://www.themenportal.de/bilder/magnesium-nachschub-durch-erfrischendes-trinkgranulat>

## Pressekontakt

Bonn Press

Herr Klaus Millarg  
Schwalbenweg 3  
53123 Bonn

[bonn.press@t-online.de](mailto:bonn.press@t-online.de)

## Firmenkontakt

Bonn Press

Herr Klaus Millarg  
Schwalbenweg 3  
53123 Bonn

[shortpr.com/i6b4l2](http://shortpr.com/i6b4l2)  
[bonn.press@t-online.de](mailto:bonn.press@t-online.de)

Die PR-Agentur bonn press wurde 1978 gegründet und besteht seitdem unverändert. Beständigkeit ist ein wichtiger Teil unseres Konzepts.

Einer unserer treuesten Kunden ist der Deutsche Sparkassen- und Giroverband, den wir seit Jahrzehnten ohne Unterbrechung betreuen. Für das Unternehmen Kraft Foods, seinerzeit noch Kraft Jacobs Suchard, waren wir 25 Jahre lang im Bereich Jacobs Kaffee und Milka Schokolade tätig. Seit 12 Jahren zählt die Protina Pharmazeutische GmbH mit den beiden sehr erfolgreichen Marken Basica und Magnesium-Diasporal zum festen Kundenstamm. Wir bauen zu unserer Kundschaft ein auf Langfristigkeit abzielendes Verhältnis auf, das eine vertrauensvolle Zusammenarbeit ermöglicht.

Auch für die Redaktionen als unsere Ansprechpartner ist bonn press seit Jahrzehnten ein vertrauter Begriff, der für Seriosität und gute Zusammenarbeit

steht.

Auszug unserer Referenzen im Überblick:

- Deutscher Sparkassen- und Giroverband, Berlin
- Protina Pharmazeutische GmbH, Ismaning bei München
- Vereinigung Getreide-, Markt- und Ernährungsforschung, Bonn
- Kraft Foods, Bremen (Jacobs Kaffee und Milka Schokolade)
- Bundespresseamt, Berlin (Lehrstellen-Kampagnen)
- Bundesministerium für Forschung und Technologie (Nano-Kampagne)
- Plus Warenhandelsgesellschaft, Mülheim
- Bundesverband Freier Wohnungsunternehmen, Düsseldorf und Bonn
- Inkom Bank, Moskau
- EU Tacis, Projekte in Russland und der Ukraine
- Deutscher Imkerbund, Bonn
- Quiris Healthcare, Gütersloh
- Philip Morris, München
- Ostdeutscher Sparkassen- und Giroverband, Berlin
- Diverse Presseagenturen

Anlage: Bild

