



Aminosäuren als Nahrungsergänzung beim Kraftsport

Mit Aminosäuren Muskelaufbau unterstützen und Muskelabbau vermeiden

Um beim Krafttraining mehr Muskeln aufbauen zu können oder für den Erhalt antrainierter Muskeln bietet bodystriker.de, der Online-Fitness-Discounter der NaZuBeKa GmbH & Co. KG, verschiedene Nahrungsergänzungsmittel an. Dazu gehören unter anderem auch verschiedene Sorten von Aminosäuren.

Aminosäuren für den Muskelaufbau

Für den Aufbau von Muskeln, Knorpeln, Knochen etc. werden Proteine benötigt. Diese bestehen zu einem Großteil aus proteinogenen Aminosäuren. Im Gegensatz dazu bilden nicht-proteinogene Aminosäuren keine Proteine, sondern übernehmen biologische Funktionen. Auch zwischen essentiellen Aminosäuren, die dem Körper zugeführt werden müssen, und nicht-essentiellen, die der Körper selbst bilden kann, wird unterschieden.

Für den Muskelaufbau sind vor allem die proteinogenen Aminosäuren wichtig. Diese sind in bestimmten Lebensmitteln vorhanden. Doch diese enthalten oftmals zu viel Fett und es müsste zu viel von dem Nahrungsmittel zugeführt werden, um die gewünschte Menge an Aminosäure zu erreichen. Da Kraftsportler aber parallel zum Muskelaufbau darauf achten, den Körperfettanteil so gering wie möglich zu halten, sind Nahrungsergänzungsmittel eine Alternative, da sie hinsichtlich dieser Bedürfnisse konzipiert sind.

Große Auswahl an Aminosäurepräparaten

bodystriker hält viele verschiedene Aminosäuren im Shop bereit. Dazu gehören auch die beliebten BCAA (Branched Chain Amino Acids), wie L-Isoleucin, L-Leucin und L-Valin. Diese essentiellen Proteinbausteine machen zu einem Drittel das Muskelprotein aus. Die Muskeln bleiben dadurch erhalten und auch der Muskelaufbau wird begünstigt. Ebenfalls ist auch Glutamin erhältlich, das hinsichtlich Aminosäuren das größte Vorkommen im Muskel hat. Das Zellvolumen wird durch Glutamin vergrößert und die Muskelregeneration verbessert. Zudem kann ein Muskelabbau verhindert werden.

Pressekontakt

NaZuBeKa GmbH & Co. KG

Herr Oguz Tom Güney
Industriestraße 8
22885 Barsbüttel

bodystriker.de
info@bodystriker.de

Firmenkontakt

NaZuBeKa GmbH & Co. KG

Herr Oguz Tom Güney
Industriestraße 8
22885 Barsbüttel

bodystriker.de
info@bodystriker.de

Weitere Informationen und persönliche Beratung erhalten Interessenten bei der NaZuBeKa GmbH & Co. KG, Barsbüttel, Telefon: +49(0) 40 - 675 934 98, <http://www.bodystriker.de>

Der Online-Fitness-Discounter bodystriker der NaZuBeKa GmbH & Co. KG bietet ein großes Spektrum an Produkten für die Sporternährung. Interessenten können hier nicht nur Proteine und Creatin kaufen, sondern auch Aminosäuren, Fatburner und vieles weitere mehr. Ebenfalls sind Fitnesszubehör, Utensilien für den Kampfsport sowie Sportbekleidung erhältlich. Verschiedene Zahlungsmöglichkeiten stehen zur Auswahl.