


## PRE-4 YOU WORKOUT

 **Strawberry Pineapple** flavoured, Citrulline, Beta alanine, Caffeine, Herbal extracts and Vitamin B3 containing foodstuff intended to meet the expenditure of intense muscular effort, especially for athletes with sweeteners.

Niacin contributes to **reduction of tiredness and fatigue, normal energy-yielding metabolism, psychological function and normal function of the nervous system.**


**INSTRUCTIONS FOR USE:** Mix 1 serving (19 g) with 250 ml of cold water and consume 30 minutes before beginning activity.

**STORAGE CONDITIONS:** Store bottle tightly closed between 5-30°C (41-86°F). Keep away from direct heat, moisture and sunlight. Do not store for more than 6 months after opening.

**WARNINGS:** Do not replace a balanced diet and healthy lifestyle.

Do not exceed the recommended dosage! Keepout of reach of children. Beta Alanine may cause a harmless, temporary tingling sensation on the skin for some individuals.

**High caffeine content.** Not recommended for children or pregnant or breast-feeding women (358,6 mg/serving).

 **Aardbei en Ananas smaak:** Het product bevat citrulline, bèta-alanine, cafeïne, kruidenextracten, vitamine B3 en bevat zoetstoffen. Wat bijdraagt aan het leveren van een verbeterde spierinspanning en meer energie, dat uiteindelijk leidt tot betere sportprestaties. Niacine draagt bij tot vermindering van vermoeidheid, is belangrijk voor een verhoogde metabolisme, een normale psychologische functie en normale werking van het zenuwstelsel.

**PRE-4 YOU WORKOUT GEBRUIKSAANWIJZING:** Meng 2 maatscheppen (19 g) met 250 ml water en neem het 30 minuten voor je training in.

**HOUDBAAR:** Zie de datum die is aangegeven in het veld LOT/EXP.

**WAARSCHUWINGEN:** Voedingssupplementen zijn geen vervanging van een uitgebalanceerd dieet of een gezonde levensstijl. Overschrijd niet de aanbevolen dosering! Buiten bereik van kinderen bewaren. Bèta-alanine kan bij sommige personen een onschadelijk, tijdelijk tintelend gevoel op de huid veroorzaken. Het product heeft een hoog cafeïnegehalte. Niet aanbevolen voor kinderen of zwangere vrouwen of vrouwen die borstvoeding geven (358,6 mg/portie).

**BEWAARCONDITIES:** Bewaar het product gesloten in een droge afgesloten omgeving tussen 5-30 ° C (41-86 ° F). Buiten bereik houden van directe warmtebronnen als vocht en zonlicht. Na opening niet langer dan 6 maanden bewaren.

**20**  
SERVINGS



BODY 4 YOU

# PRE-4 YOU WORKOUT

L-CITRULLINE, BETA ALANINE



ASPARTAME  
**FREE**

PRE-WORKOUT

NET WEIGHT **350 g**

STRAWBERRY PINEAPPLE FLAVOUR

## NUTRITION FACTS / VOEDINGSWAARDEN

SERVING SIZE / DAGELIJKE DOSERING: 2 SCOOPS (19 g) / 2 MAATSCHIPPEN (19 g)  
SERVINGS PER CONTAINERS / TOTAAL AANTAL PORTIES: 20

CONTENT / INHOUD	PER 100 g PRODUCT / DOSERING 19 g	PER SERVING (PER SERVING / DOSERING)	*RI%
ENERGY / ENERGIE	440 kJ/ 104 kcal	84 kJ/ 20 kcal	1%
FAT / VET	0 g	0 g	0%
of which / of waarvan			
- Saturates / Verzadigd	0 g	0 g	0%
CARBOHYDRATE / Koolhydraten	1,9 g	0,4 g	0%
of which / of waarvan			
- Sugars / Suikers	0,1 g	0,02 g	0%
PROTEIN / EIWIT	24 g	4,6 g	9%
SALT / ZOUT	0 g	0 g	0%

\* RI%: Reference intake of an average adult (8400 kJ/ 2000 kcal).

\* RI%: Referentie-inname van een gemiddelde volwassene (8400 kJ / 2000 kcal).

## SUPPLEMENT FACTS / VOEDINGSWAARDEN

SERVING SIZE / DAGELIJKE DOSERING: 2 SCOOPS (19 g) / 2 MAATSCHIPPEN (19 g)  
SERVINGS PER CONTAINERS / TOTAAL AANTAL PORTIES: 20

CONTENT / INHOUD	PER 100 g PRODUCT / DOSERING 19 g	PER SERVING (PER SERVING / DOSERING)
VITAMINE B3 / VITAMIN B3	250 mg	47,5 mg (296%NRV**)
L-CITRULLINE DL-MALAAT (1:1)	31,5 g	5985 mg
- L-CITRULLINE	17,3 g	3292 mg
BETA ALANINE	28,95 g	5500 mg
A-ÅKG COMPLEX	21,1 g	4009 mg
- L-ARGININE	14,6 g	2679 mg
- CALCIUM ALPHA KETOGLUTARAAT	6,1 g	1330 mg
L-TYROSINE	2630 mg	500 mg
CAFFEINE	1885 mg	358 mg
GREEN TEA / GROENE THEE (CAMELLIA SINENSIS)	1320 mg	251 mg
LEAF EXTRACT / BLADEXTRACT		
- POLYPHENOLS	528 mg	100 mg
- CATECHINS	264 mg	50,2 mg
- EGCG	92,4 mg	17,6 mg
BITTER ORANGE / BITTERE SINAASAPPEL (CITRUS AURANTIUM) POWDER / POEDER	980 mg	186 mg
GUARANA (PAULLINIA CUPANA)	103 mg	19,57 mg
SEED POWDER / ZAADPOEDER		
- CAFFEINE	3,1 mg	19,57 mg
BLACK PEPPER EXTRACT / EXTRACT VAN ZWARTE PEPPER (PIPER NIGRUM)	10 mg	1,9 mg
- PIPERINE	9,5 mg	1,8 mg

\*RI%: Reference intake of an average adult (8400 kJ/2000 kcal).

\* RI%: Referentie-inname van een gemiddelde volwassene (8400 kJ / 2000 kcal).

\*\*\*Ponceau 4R: May have an adverse effect on activity and attention in children.

\*\*\*Ponceau 4R: De kleurstoffen kunnen kinderen nadelig beïnvloeden.

**Ingredients:** L-Citrulline DL-Malate (1:1), Beta alanine, A-ÅKG complex (L-Arginine, Calcium Alpha Ketoglutarate), Anti-caking agent (Silicon dioxide), L-Tyrosine (free amino acid form), Maltodextrin, Caffeine anhydrous, Green tea (Camellia sinensis) leaf extract (standardized to 40% Polyphenols, 20% catechins, 7% EGCG), Bitter orange (Citrus aurantium) powder, Sweeteners (Sucralose, Acesulfame-K), Nicotinamide, Flavouring, Guarana (Paullinia cupana) seed extract (3% Caffeine content), Anti-caking agent (Calcium salts of orthophosphoric acid), Black pepper (Piper nigrum) fruit extract (standardized to 95% Piperine), Colour (Ponceau 4R\*\*\*).  
**Ingrediënten:** L-Citrulline DL-Malaat (1:1), Bèta-alanine, A-ÅKG-complex (L-Arginine, Calcium Alfa Ketoglutaraat), Antiklontermiddel (Siliciumdioxide), L-Tyrosine (vrije aminozuurvorm), Maltodextrine, Watervrije cafeïne, Groene thee (Camellia sinensis) bladextract (gestandaardiseerd op 40% polyfenolen, 20% catechines, 7% EGCG), Bittere sinaasappel (Citrus aurantium) poeder, Zoetstoffen (Sucralose, Acesulfame-K), Nicotinamide, Smaakstof, Guarana (Paullinia cupana) zaadextract (3% cafeïnegehalte), Antiklontermiddel (Calciumzouten van orthofosforzuur), zwarte peper (Piper nigrum), fruitextract (gestandaardiseerd tot 90% piperine), kleurstof (Ponceau 4R\*\*\*).  
**ALLERGEN INFORMATION:** Made in a facility that uses gluten, soy, egg and nuts. **ALLERGIE INFORMATIE:** Kan sporen van gluten soja, ei en noten bevatten.



MADE IN EU. NET WEIGHT **350 g**



LOT/EXP.