

**Samenstelling per dagdosering  
(5 gram):**

\*Creatine monohydraat 5 gram

**Ingrediënten**

Creatine Monohydraat. Dit product bevat geen suikers of andere toevoegingen.

**Kwaliteit aminozuren**

Creatine monohydraat van Ortho Formulas is een voedingssupplement gegarandeerd vrij van gist, sacharose, lactose, gluten, onnatuurlijke conserveermiddelen en synthetische kleur-, geur- en smaakstoffen.

**Bewaaradvies**

Bij kamertemperatuur en droog bewaren. Buiten bereik van jonge kinderen houden.

**Charge & T.H.T Einde**

Zie bodem van de verpakking.

Ortho Formulas vof  
E-mail: [info@orthoformulas.nl](mailto:info@orthoformulas.nl)



**Ortho Formulas**

**Creatine  
Monohydraat**

Verbetert de prestaties bij explosieve  
krachtsinspanningen\*

**Gebruik en dosering**

Eerste week: 3x daags 5 gram,  
bij de maaltijd.

Tweede week: 2x daags 5 gram,  
bij lunch en diner.

Onderhoud: 1x daags 5 gram,  
bij de maaltijd.

5 gram komt overeen met ongeveer  
2 maatlepels.

Aanbevolen dosering niet over-  
schrijden. Een gezonde leefstijl  
is van belang. Een voedings-  
supplement is geen vervanging  
van gevarieerde voeding.

\*Het gunstige effect  
wordt verkregen bij een  
dagelijkse inname van  
minimaal 3 gram creatine.

8 720938 702129

