



PRE-4 YOU WORKOUT

 **Watermelon 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: As a food supplement, 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: Food supplements 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).

 **Watermeloen 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 vuur en zonlicht. Na opening niet langer dan 6 maanden bewaren.

20
SERVINGS



BODY 4 YOU

PRE-4 YOU WORKOUT

L-CITRULLINE, BETA ALANINE, CREATINE

ASPARTAME
FREE

PRE-WORKOUT

NET WEIGHT **300 g**

WATERMELON FLAVOUR

NUTRITION FACTS / VOEDINGSWAARDEN

SERVING SIZE / DAGELIJKSE 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% |
| - 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 / DAGELIJKSE 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 |
|---|--------------------------------------|------------------------|
| VITAMINE B3 / VITAMIN B3 | 250 mg | 47,5 mg [296%NRV**] |
| L-CITRULLINE DL-MALAAAT (1:1) | 31,5 g | 5985 mg |
| - L-CITRULLINE | 17,3 g | 3292 mg |
| BETA ALANINE | 28,95 g | 5500 mg |
| A-AGK 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-AGK 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-Malaaat (1:1), Beta-alanine, A-AGK-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).

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 **300 g**



LOT/EXP.