**Xenofit competition**

Speziell für längere Ausdauereinheiten wurde Xenofit competition entwickelt - Getränkepulver zur Herstellung eines Kohlenhydrat-Elektrolyt-Getränks. Generell können Kohlenhydrat-Elektrolyt-Getränke vom Körper schneller aufgenommen werden als pures Wasser. Bei Langzeitbelastungen über mehrere Stunden reichen die körpereigenen Kohlenhydratspeicher (= Glykogenspeicher) in der beanspruchten Muskulatur zur Energiebereitstellung nicht aus. Während der Belastung ist eine ausgewogene Mischung blutzuckerstabilisierender Kohlenhydrate zur Aufrechterhaltung der Ausdauerleistung notwendig.

Xenofit competition liefert nicht nur kurzkettige, schnell verfügbare Zucker wie Fructose, Glucose und Saccharose (Mono- und Disaccharide), sondern auch das längerkettige Maltodextrin (Oligosaccharid), das den Hauptbestandteil bildet. Xenofit competition sorgt für die schnelle Flüssigkeitsaufnahme in das Blut aufgrund seiner optimierten Zusammensetzung von Kohlenhydraten (ca. 78 g/Liter) in Verbindung mit Natrium (700 mg/Liter). Es enthält zudem für den Kohlenhydrat- und Energiestoffwechsel notwendige B-Vitamine (B1, B2, B6, Niacin, Pantothensäure) sowie den Mineralstoff Magnesium und Vitamin C.

Eine Portion wird in 500 ml Wasser gelöst und ergibt ein isotonisches Sportgetränk, eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr über den Tag verteilt ist wichtig.

Kohlenhydratlösungen tragen zur Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit während einer intensiven und langanhaltenden körperlichen Betätigung bei trainierten Erwachsenen bei.

Packungseinheiten:

Vorratsdose: 672 g / 688 g ≙ 8 Liter Fertiggetränk

Packung: 5 Portionsbeutel à 42 g / 43 g ≙ 0,5 Liter

Typ: Citrus-Frucht, Früchtetee, Grüner Apfel, Maracuja

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nährwertangaben**  **Typ Früchtetee** | pro 100 g | | pro Portion 43 g  ≙ 0,5 Liter Getränk | |
| Energie | kJ | kcal | kJ | kcal |
| 1669 | 392 | 701 | 165 |
| Fett [g] | 0 | | 0 | |
| davon gesättigte Fettsäuren [g] | 0 | | 0 | |
| Kohlenhydrate [g] | 95 | | 40 | |
| davon Zucker [g] | 37 | | 16 | |
| Ballaststoffe [g] | 0 | | 0 | |
| Eiweiß [g] | 0 | | 0 | |
| Salz [g] | 2,1 | | 0,88 | |
| Vitamine/Mineralstoffe | pro 100 g | %\* | pro Portion 43 g  ≙ 0,5 Liter Getränk) | %\* |
| Vitamin C [mg] | 71 | 89 | 30 | 38 |
| Thiamin (Vitamin B1) [mg] | 1,7 | 155 | 0,7 | 64 |
| Riboflavin (Vitamin B2) [mg] | 1,9 | 136 | 0,8 | 57 |
| Niacin [mg NE] | 21 | 131 | 9 | 56 |
| Vitamin B6 [mg] | 2,4 | 171 | 1 | 71 |
| Pantothensäure [mg] | 7,1 | 118 | 3 | 50 |
| Magnesium [mg] | 89,3 | 24 | 37,5 | 10 |
| Chlorid [mg] | 738 | 92 | 310 | 39 |

\* % der Referenzmenge gemäß VO (EU) Nr. 1169/2011