



PRESSEMITTEILUNG

Wer früher nachtankt, hält länger durch

Hohe körperliche Belastung im Radsport bei Hitze

Nachtanken ist entscheidend

Um bei einer langen und intensiven Ausdauerbelastung fit und leistungsfähig zu bleiben, sind Kohlenhydrate und Mineralstoffe wichtig, vor allem wenn die körperliche Belastung länger als 90 Minuten andauert. Die Glykogenspeicher sind begrenzt und Kohlenhydrate müssen dem Körper von außen zugeführt werden. Die Mineralstoffe Magnesium und Kalium sind wichtig für die gesunde Funktion von Muskeln und Nerven. Diese Mineralstoffe gehen jedoch mit dem Schweiß verloren. Durch ein [isotonisches Kohlenhydrat-Elektrolyt-Getränk](#) kann das entstandene Defizit sinnvoll ausgeglichen werden. Rechtzeitig nachtanken ist also der Schlüssel zum Durchhalten.

Kohlenhydrat-Elektrolyt-Getränke

Gerade im Radsport ist die Belastung für den Körper bei sommerlichen Temperaturen um die 30 Grad sehr hoch und ganz entscheidend ist die ausreichende Flüssigkeitszufuhr. Bereits ein Flüssigkeitsverlust von zwei Prozent des Körpergewichts verschlechtert die Leistungsfähigkeit. Zudem reguliert Wasser die Körpertemperatur und der Schweiß schützt den Körper vor Überhitzung.

Das isotonischen Kohlenhydrat-Elektrolyt-Getränk [Xenofit competition](#) wurde speziell für mehrstündige Ausdauerseinheiten konzipiert.

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 Energiestoffwechsel notwendige B-Vitamine (B1, B2, B6, Niacin, Pantothensäure) sowie den Mineralstoff Magnesium und Vitamin C.

Xenofit competition – ein ideales Sportgetränk:

- kurz vor der Belastung
- während der Belastung
- unmittelbar nach der Belastung

Xenofit competition ist erhältlich als Pulver im Vorratspack zum Anmischen von acht Litern Fertiggetränk und in der Packung mit fünf Einzelpotionsbeuteln für je 0,5 l Fertiggetränk zum Nachfüllen für unterwegs. Vier Geschmacksrichtungen gibt es zur Auswahl: Citrus-Frucht, Früchtetee, Grüner Apfel und Maracuja.

Pressekontakt:

Xenofit GmbH, Midgardstr. 7, 82327 Tutzing, Tel. 08158-257-300, Fax 08158-257-258,

sandra.damith@xenofit.de, www.xenofit.de

Folgen Sie Xenofit auf



Werden Sie mit unserem Hashtag #meinauftanken Teil der Xenofit Community

Über die Veröffentlichung unserer Pressemitteilung freuen wir uns sehr. Bitte lassen Sie uns ein Belegexemplar zukommen. Alle Produktbilder: Xenofit GmbH. Bitte geben Sie bei Fotos das Copyright an. Weitere Produktbilder können Sie gerne bei uns anfordern.