



## AMINO-T BCAA 4.1.1.

AMINO-T Bcaa 4:1:1 è un integratore di aminoacidi ramificati di grado farmaceutico Kyowa in compresse, arricchito con Carnosina e Whitamnia Somnifera. Tra i pochi prodotti in commercio avente aminoacidi Kyowa e Ashwaganda, ideato al fine di sostenere la performance energetica durante tutta la durata dell'allenamento e supportare i processi di rigenerazione tissutale. Assumendo questo supplemento potrai quindi beneficiare del massimo supporto plastico e di una spinta "tonico-energizzante" in grado di elevare e mantenere il tuo training intenso e su livelli ottimali.

### TENORI MEDI PER DOSE MAX GIORNALIERA

CONTENUTI MEDI	PER DOSE (6 CPS)	VNR%
L-LEUCINA	3000 MG	
L-VALINA	750 MG	
L-ISOLEUCINA	750 MG	
CARNOSINA	240 MG	
ASHWAGANDHA	300 MG	
WHITANNOLIDI APP	7,5 MG	
VITAMINA B6	6 MG	429%

VNR: Valori Nutritivi di Riferimento - Reg 1169/2011

**INDICAZIONI D'USO:** Si consiglia l'assunzione di 5 capsule prima dell'attività fisica e 3 appena terminata la sessione di allenamento.

**AVVERTENZE:** Tenere fuori dalla portata dei bambini di età inferiore ai tre anni. Non eccedere la dose consigliata. Gli integratori non vanno intesi come sostituti di una dieta variata ed equilibrata e di un corretto stile di vita. Non utilizzare in gravidanza e nei bambini, o comunque per periodi prolungati senza aver ascoltato il parere del medico.

### PROPRIETÀ SALUTISTICHE DEGLI INGREDIENTI

**AMINO-T Bcaa 4:1:1, Gli effetti dei ramificati** Questo supplemento per sportivi è caratterizzato da un dosaggio 4 volte superiore di leucina rispetto agli altri due ramificati isoleucina e valina. Non si tratta di una caratteristica di poco conto, poichè come dimostrato in alcuni studi specifici volti a evidenziare tutte le proprietà prestazionali dei suddetti substrati plastici, l'assunzione specifica di adeguati quantitativi di leucina sembrerebbe promuovere i seguenti effetti: attivazione di particolari segnali anabolici di proliferazione cellulare come mTor e mTorc1, fondamentali per lo sdoppiamento cellulare e perciò per la loro proliferazione (iperplasia); incremento della forza e delle capacità resistive, aspetti fondamentali in ogni tipo di sforzo fisico, che sia esso di potenza o resistenza; ottimale ripristino del glicogeno, polimero del glucosio che viene stoccato nel fegato e nei muscoli al fine di sostenere la sintesi d'energia Atp; riduzione del Doms, quell'indolenzimento muscolare ad insorgenza ritardata che compare a circa 12-14 ore dal termine del workout e che ci impedisce di recuperare in tempi brevi tra una sessione e l'altra; modulazione del rapporto tra i livelli di testosterone endogeno e cortisolo, due ormoni tra loro antagonisti in quanto responsabili dell'anabolismo, il primo, e del catabolismo, il secondo. Per quel che concerne invece gli aminoacidi isoleucina e valina le loro proprietà sono più che altro attribuibili alla gluconeogenesi, ossia quel processo del nostro organismo che utilizza i substrati plastici per produrre energia quando le riserve di glicogeno stanno per esaurirsi o sono esaurite. Trattasi di un aspetto importantissimo ai fini prestazionali soprattutto quando la dieta è ipoglicidica e ipocalorica o quando l'allenamento è particolarmente intenso e di durata. Arricchimento in Carnosina e Ashwagandha Se è vero che in commercio sono presenti supplementi a base di bcaa dall'indubbia qualità, è altrettanto vero che AMINO-T Bcaa 4:1:1 è il solo prodotto a miscelare il blend di aminoacidi ramificati Kyowa assieme alla Carnosina e all'Ashwagandha.

**Grandioso non è vero, ma qual'è l'effetto immediato di questi due nutrienti?** Molto semplice, assumendo questo supplemento potresti notare fin da subito un incremento delle tue capacità resistive e una maggiore sensazione di energia e lucidità durante la durata dell'intera sessione di allenamento. Tra le peculiarità principali di questi due interessanti ingredienti, annoveriamo: La carnosina è un dipeptide formato da alanina e istidina che sembrerebbe agire da "buffer" o tampone nei confronti di quegli ioni d'idrogeno che si trovano nel lattato che tende a formarsi durante le attività di endurance (resistenza); da ciò sarebbe quindi possibile beneficiare di un aumento della resistenza nonchè di ritardato cedimento muscolare e impossibilità contrattile. L' Ashwagandha o Whitamnia Somnifera è un rimedio fitoterapico dalla marcata attività adattogena, il che significa che puoi assumerlo al fine di contrastare gli stati di stanchezza psicofisica come ad esempio quelli causati dallo sforzo fisico intenso e/o prolungato. In relazione alla Carnosina dobbiamo inoltre ricordare che la stessa funge da diretto precursore dell'ossido nitrico, un composto gassoso rilasciato dall'organismo in condizioni di elevato aumento della pressione sanguigna. La peculiarità principale del "Nitric Oxide", così come lo chiamano gli americani, è quella di produrre una dilatazione dei vasi sanguigni, con conseguenti potenziali effetti benefici anche per ciò che concerne il turgore ed il pompaggio muscolare durante la sessione in sala pesi.