

# Magnesium 150 Bisglycinaat

Voor een goede geestelijke balans.\*

## De kracht van Magnesium 150 Bisglycinaat

- Beste magnesiumvorm voor goede geestelijke balans\*
- Magnesium gebonden aan glycine
- Gecheleerde vorm en daardoor stabiel in maag- en darmstelsel
- Toevoeging van L-aurine zorgt voor synergie
- Hoge opneembaarheid elementair magnesium

## Beschrijving

We adviseren Magnesium 150 Bisglycinaat bij behoefte aan geestelijke balans, met name in relatie tot nachtrust\*. De binding aan glycine maakt dat magnesiumbisglycinaat goed de bloed-hersenbarrière passeert. Dit maakt deze vorm een uitstekende keuze voor alle toepassingen binnen de hersenfunctie\*!

Magnesiumbisglycinaat is een verbinding tussen magnesium en twee (bis) moleculen van het aminozuur glycine. De stof is niet-essentieel, wat betekent dat ons lichaam het aminozuur zelf aanmaakt in de lever. Desalniettemin worden op zichzelf staande glycine supplementen veelvuldig ingezet. Een operatie, dieet, snelle groei of zware sportbeoefening zijn factoren die glycine suppletie een waardevolle aanvulling op het voedingspatroon kunnen maken.

De beste vormen die we kennen zijn magnesiumchelaten zoals, magnesiumtauraat, magnesiummalaat en magnesiumbisglycinaat. De structuur van een aminozuurchelaat is dermate sterk dat ons maagsap de vorm niet kan splitsen. Dat komt door de aminozuren in de chelaatvorm, die als het ware werken als beschermende laag voor het magnesium. Het magnesiumbisglycinaat bereikt dus als volledig element onze darmen, waar ons lichaam het vervolgens opneemt. Verder zorgt het aminozuurgecheleerde karakter voor minder maag- en darmklachten, in verhouding tot ongecheleerde magnesiumvormen.

Op een etiket dient altijd de elementaire hoeveelheid van een mineraal te zijn vermeld. Magnesium 150 Bisglycinaat bevat 20 procent elementair magnesium. Dat lijkt misschien niet veel, maar een elementaire hoeveelheid van 150 mg uit een magnesiumbisglycinaat complex, neemt ons lichaam veel beter op dan dezelfde hoeveelheid elementair magnesium gebonden aan bijvoorbeeld lactaat, chloride of sulfaat. En voor magnesium geldt dat de opname van het mineraal een veel belangrijker criterium is dan hoeveelheid.

Bovendien hebben we aan Magnesium 150 Bisglycinaat L-aurine toegevoegd. Deze aminozuurachtige stof vinden we in aanzienlijke hoeveelheden in vlees, vis en schaaldieren. Voor deze formule was synergie drijfveer om L-aurine toe te voegen. De intercellulaire stof zorgt immers voor een betere opname van magnesiumbisglycinaat, dat tevens op intercellulair niveau actief is.

Samenstelling per dosering (1 vega capsule):		RI*
Magnesium (bisglycinaat)	150 mg	40%
L-Taurine	200 mg	**

\* Referentie inname \*\* Geen RI vastgesteld

- ✓ Glutenvrij
- ✓ Vegetarisch
- ✓ Lactosevrij
- ✓ Veganistisch



## Dosering

Neem 1 tot 3 capsules per dag, tenzij anders geadviseerd. De aanbevolen dosering niet overschrijden.

## Veiligheid

Buiten bereik en zicht van jonge kinderen houden. Droog en op kamertemperatuur bewaren (15-25 °C).

## Ingrediënten

Magnesiumbisglycinaat, L-Taurine, HPMC (vega capsule), magnesiumoxide, zonnebloem lectithine (flow verbeteraar), aardappelzetmeel (vulstof), zonnebloemolie (flow verbeteraar).

## Bevat geen

GMO, gluten, gist, lactose, suiker, kunstmatige kleurstoffen, smaakstoffen of conserveermiddelen.



Inhoud  
60 tabletten

BTW  
Laag (9%)

Artikelnummer  
91350

Z-indexnummer  
16894545

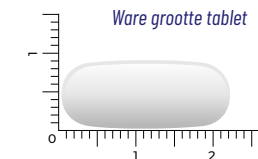


Inhoud  
120 tabletten

BTW  
Laag (9%)

Artikelnummer  
91367

Z-indexnummer  
16894553



Magnesium  
150 Bisglycinaat



Magnesium  
Tauraat met P-5-P



Magnesium  
200 Complex



Magnesium  
Malaat met P-5-P  
/ Magnesium 150  
Malaat



Magnesium  
200 Citraat

## \* Goedgekeurde gezondheidsclaims:

- Magnesium speelt een rol bij botaanmaak en het behoud van sterke botten
- Magnesium is goed voor de hersenfunctie, gemoedstoestand, het celdelingsproces, het geheugen, de leerprestatie en het concentratievermogen
- Magnesium helpt de normale eiwitsynthese, een goede elektrolytenbalans en een normaal energieleverend metabolisme te behouden
- Magnesium is van belang voor sterke tanden
- Magnesium is goed voor de spieren en het zenuwstelsel
- Magnesium heeft een gunstige invloed op de vermindering van vermoeidheid en futloosheid