

# Suppléments A de SPONSER® : pour une performance maximale dans le sport

Endurance, force, rapidité, précision de visée, le tout associé à une forte pression de performance et à un nombre de matchs obligatoires en constante augmentation : Celui qui cherche à atteindre le maximum à chaque match doit entrer sur le terrain au mieux de sa forme physique et psychique. La nutrition sportive et les suppléments peuvent faire la différence et décider de la victoire ou de la défaite.

Des organismes internationalement reconnus dans le monde des sciences du sport et de la nutrition établissent une classification des aliments pour sportifs sur la base d'études probantes. Ils accordent la plus grande efficacité aux suppléments dits « A », car il est prouvé qu'ils soutiennent ou augmentent les performances sportives :

**La caféine** contribue à améliorer la capacité de concentration, l'attention et les performances physiques. Elle soutient les athlètes lors des sprints de haute intensité, des duels décisifs pour les matchs et en cas de fatigue croissante.

Prise quotidiennement, **la créatine** augmente les performances physiques intenses de courte durée et est prédestinée aux sports impliquant des formes d'effort par intervalles et des sprints épuisants.

**La bêta-alanine** augmente la capacité tampon de l'acide dans le corps en augmentant le stockage de la carnosine. Ceci est important pour une tolérance élevée au lactate dans les sports à intervalles avec de nombreux sprints intenses.

**Le bicarbonate de sodium** contribue à augmenter la capacité tampon acide de l'organisme lors d'efforts de haute intensité avec une production élevée d'acide, ce qui permet d'améliorer la tolérance au lactate.

**Le nitrate** ou le jus de betterave rouge augmente la disponibilité du nitroxyde dans le corps. Le nitroxyde, en tant que métabolite du nitrate, est essentiel à la microcirculation, à l'oxygénation et donc aux performances musculaires.

Les équipes de haut niveau et les équipes de pointe font confiance aux suppléments du fabricant suisse d'aliments pour sportifs SPONSER®. Conçus scientifiquement, ces produits hautement fonctionnels couvrent tous les besoins des sportifs ambitieux et sont synonymes de fonctionnalité et de tolérance maximales. Le traitement des matières premières certifiées est soumis aux exigences de qualité les plus strictes.



CAFÉINE



CRÉATINE



BÊTA-ALANINE



BICARBONATE DE SODIUM



NITRATE