

# БАЗОВАЯ СИГНАТУРА МИКРОНУТРИЕНТОВ ДЛЯ СПОРТСМЕНОВ

Действующее вещество	Вес	Действующее вещество	Вес
<b>Витамины</b>		<b>Витаминоподобные соединения</b>	
Витамин А (ретинола пальмитат)	2000,0 мкг	Холин (холин хлорид)	80,0 мг
Витамин В1 (тиамин гидрохлорид)	10,0 мг	Коэнзим Q10 (убихинон)	60,0 мг
Витамин В2 (рибофлавин)	10,0 мг	Мио-инозитол	60,0 мг
Витамин В3 (ниацин)	10,0 мг	Витамин В10 (пара-аминобензойная кислота, ПАБК)	20,0 мг
Витамин В6 (пиридоксин гидрохлорид)	20,0 мг	Карнитин (L-карнитина L-тарtrat)	500,0 мг
Витамин В12 (метилкобаламин)	415,0 мкг	<b>Аминокислоты и их производные</b>	
Витамин С (аскорбиновая кислота)	1250,0 мг	Глутамин (L-глутамин)	1500,0 мг
Витамин D3 (холекальциферол)	27,5 мкг	Креатин (креатин моногидрат)	1000,0 мг
Витамин Е (D-альфа-токоферол ацетат)	331,2 мг	<b>Растительные экстракты</b>	
Каротиноиды (в т.ч. бета-каротин, лютеин, зеаксантин)	16,0 мг	Экстракт цитрусовых биофлавоноидов	400,0 мг
Ликопин	15,0 мг	Экстракт родиолы (в том числе салидрозид, госсипетин, розалин, розарид, розавин, тирозол)	400,0 мг
Витамин К2 (менахинон-7)	45,0 мкг		
Витамин В7 (биотин)	50,0 мкг		
Витамин В9 (L-5-метилтетрагидрофолат кальция, L-5-MTHF)	400,0 мкг		
Витамин В5 (кальций-D-пантотенат)	20,0 мг		
<b>Микроэлементы и минералы</b>			
Хром	150,0 мкг		
Йод	50,0 мкг		
Медь	2,0 мг		
Марганец	5,0 мг		
Молибден	50,0 мкг		
Селен	75,0 мкг		
Цинк	22,0 мг		
Калий	200,0 мг		
Кальций	800,0 мг		
Магний	450,0 мг		
Кремний	80,0 мг		