

L-Carnitin 500 mg

L-Carnitin ist eine natürliche Ergänzung zur Unterstützung eines aktiven Lebensstils. Es spielt eine wichtige Rolle im Energiestoffwechsel und ist besonders bei Sportlern und aktiven Menschen beliebt.



L-Carnitin ist eine natürlich vorkommende Substanz im menschlichen Körper und spielt eine Rolle beim Transport von Fettsäuren in die Mitochondrien, wo sie zur Energiegewinnung verwendet werden. Untersuchungen deuten darauf hin, dass L-Carnitin eine Rolle beim Transport von Fettsäuren in die Mitochondrien, den "Kraftwerken" der Zellen, spielt.

Unser **SunSplash L-Carnitin 500 mg** kann als Ergänzung einer ausgewogenen Ernährung eingenommen werden.

Während L-Carnitin hauptsächlich in Fleisch- und Milchprodukten vorkommt, fehlt es oft in pflanzlichen Lebensmitteln. Eine ausgewogene Ernährung kann den Bedarf decken, aber in bestimmten Fällen kann eine gezielte Ergänzung sinnvoll sein.

Der Bedarf an L-Carnitin steigt zudem während der Schwangerschaft und Stillzeit signifikant an. In dieser Zeit kann eine zusätzliche Zufuhr von L-Carnitin empfehlenswert sein, um den erhöhten Bedarf zu decken.

Eine Reihe verschiedener Umstände kann zu einem Mangel an L-Carnitin führen, darunter strikte Ernährungsweisen, vegetarische oder vegane Ernährung, intensive körperliche Aktivität, Stress oder bestimmte gesundheitliche Bedingungen. In solchen Fällen kann eine gezielte Ergänzung mit L-Carnitin ratsam sein, um den Bedarf zu decken. Die Dosierung kann je nach den individuellen Bedürfnissen und Umständen variieren.

Inhalt pro Kapsel:

L-Carnitin (L-Carnitin L-Tartrat)	500 mg
--	--------

Art.-Nr.: 16500

Inhalt: 60 Kapseln

Preis: € 34.90

**Verzehrs-
empfehlung:** 1 Kapsel täglich

Beachten Sie bitte, dass uns leider keine gesundheitsbezogenen Angaben zu diesem Produkt erlaubt sind. Erkundigen Sie sich daher bitte bei Bedarf bei einem Therapeuten oder Ernährungsberater über die wunderbaren Eigenschaften von L-Carnitin (EU-Verordnung 432/2012).