

ICO EAA OPTIMA**COMPLEXE D'ACIDES AMINÉS ESSENTIELS**

- COMPLEXE TOUT-EN-UN
- 9 ACIDES ESSENTIELS
- 5 ACIDES AMINÉS SEMI-ESSENTIEL

PRÉSENTATION

Les muscles sont constitués de protéines, qui se composent elles-mêmes d'un assemblage d'acides aminés. Lors d'un entraînement, les stocks d'acides aminés sont en partie utilisés pour répondre aux besoins énergétiques. Il est donc important d'en assurer régulièrement le renouvellement afin d'éviter la dégradation musculaire. Ainsi, les muscles peuvent se reconstruire et se développer plus facilement.

Parmi les différents acides aminés, on distingue notamment ceux dits « essentiels », que le corps n'est pas en mesure de fabriquer et qu'il est donc nécessaire de lui apporter au travers de la nutrition et de la supplémentation.

Ico EAA Optima est une formule ultra-complète qui procure tous les précieux acides aminés essentiels : L-Lysine, L-Phénylalanine, L-Thréonine, L-Méthionine et L-Histidine, L-tryptophane mais aussi L-Leucine, L-Isoleucine et L-Valine, les trois BCAA qui comptent à eux seuls pour plus de 35% des acides aminés qui forment les muscles.

Ico EAA Optima contient également un dosage optimum de L-Glutamine, l'acide aminé le plus abondant dans les fibres musculaires. Il apporte en parallèle de la L-Citrulline, L-Tyrosine, L-Arginine et taurine, qui peuvent potentiellement devenir essentielles, en particulier dans le cadre d'un programme d'entraînement physique intensif, le corps n'étant pas toujours en mesure d'en synthétiser suffisamment. Tous ces acides aminés sont intégrés sous forme micronisée et hydrosoluble pour une meilleure absorption.

La formule ne contient aucun stimulant et peut donc être utilisée à tout moment de la journée. Ico EAA Optima présente en outre l'avantage d'être sans glucides ni sucres.

Formulation de haute qualité, Ico EAA Optima est votre meilleur allié pour vous assurer un soutien optimum et vous permettre d'enregistrer les résultats les plus sensibles.

UTILISATION

Diluez une dose de 11 g dans 300 ml d'eau. Jours d'entraînement : prendre 1 dose durant ou directement après l'effort. Jours de repos : prendre 1 dose entre les repas.

INGRÉDIENTS

CERISE



L-Glutamine, L-Leucine, L-Arginine HCl, correcteurs d'acidité : acide malique et acide citrique, L-Isoleucine, L-Valine, inuline, taurine, anti-agglomérant : dioxyde de silicium, L-Histidine HCl, L-Citrulline, L-Lysine HCl, citrate de trimagnésium, L-Phénylalanine, L-Thréonine, L-Méthionine, L-Tyrosine, édulcorants : acésulfame K et sucralose, L-Tryptophane, arôme, concentré de jus de carotte noire (*Daucus carota* L.), arôme naturel, émulsifiant : lécithine de tournesol, colorant : rouge de betterave (*Beta vulgaris*), vitamine B6 (chlorhydrate de pyridoxine). Fabriqué dans un laboratoire qui utilise gluten, crustacés, oeufs, poisson, soja, lait, céleri, sulfites et lupins.

MANGUE ANANAS



L-Glutamine, L-Leucine, L-Arginine HCl, correcteurs d'acidité : acide malique et acide citrique, L-Isoleucine, L-Valine, taurine, anti-agglomérant : dioxyde de silicium, L-Histidine HCl, L-Citrulline, L-Lysine HCl, arôme naturel, citrate de trimagnésium, L-Phénylalanine, L-Thréonine, L-Méthionine, L-Tyrosine, inuline, colorant : bêta-carotène, édulcorants : acésulfame K et sucralose, L-Tryptophane, émulsifiant : lécithine de tournesol, vitamine B6 (chlorhydrate de pyridoxine). Fabriqué dans un laboratoire qui utilise gluten, crustacés, oeufs, poisson, soja, lait, céleri, sulfites et lupins.

ORANGE



L-Glutamine, L-Leucine, L-Arginine HCl, correcteurs d'acidité : acide malique et acide citrique, L-Isoleucine, L-Valine, taurine, inuline, anti-agglomérant : dioxyde de silicium, L-Histidine HCl, L-Citrulline, L-Lysine HCl, citrate de trimagnésium, L-Phénylalanine, L-Thréonine, L-Méthionine, L-Tyrosine, édulcorants : acésulfame K et sucralose, arôme naturel, arôme, L-Tryptophane, colorant : bêta-carotène, émulsifiant : lécithine de tournesol, vitamine B6 (chlorhydrate de pyridoxine). Fabriqué dans un laboratoire qui utilise gluten, crustacés, oeufs, poisson, soja, lait, céleri, sulfites et lupins.

POMME CASSIS FRAMBOISE



L-Glutamine, L-Leucine, L-Arginine HCl, correcteurs d'acidité : acide malique et acide citrique, L-Isoleucine, L-Valine, taurine, inuline, anti-agglomérant : dioxyde de silicium, L-Histidine HCl, L-Citrulline, L-Lysine HCl, citrate de trimagnésium, L-Phénylalanine, L-Thréonine, L-Méthionine, L-Tyrosine, édulcorants : acésulfame K et sucralose, arôme naturel, arôme, L-Tryptophane, colorant : bêta-carotène, émulsifiant : lécithine de tournesol, vitamine B6 (chlorhydrate de pyridoxine). Fabriqué dans un laboratoire qui utilise gluten, crustacés, oeufs, poisson, soja, lait, céleri, sulfites et lupins.

FRAMBOISE MYRTILLE



L-Glutamine, L-Leucine, L-Arginine HCl, correcteurs d'acidité : acide malique et acide citrique, L-Isoleucine, L-Valine, taurine, anti-agglomérant : dioxyde de silicium, L-Histidine HCl, L-Citrulline, L-Lysine HCl, citrate de trimagnésium, arôme, L-Phénylalanine, L-Thréonine, L-Méthionine, L-Tyrosine, arôme naturel, édulcorants : acésulfame K et sucralose, inuline, L-Tryptophane, colorant : rouge de betterave (*Beta vulgaris*), émulsifiant : lécithine de tournesol, extrait de spiruline (*Arthrospira platensis*), vitamine B6 (chlorhydrate de pyridoxine). Fabriqué dans un laboratoire qui utilise gluten, crustacés, oeufs, poisson, soja, lait, céleri, sulfites et lupins.

PORTION JOURNALIÈRE CONSEILLÉE - 11G*Valeurs pour la saveur Orange*

ACIDES AMINÉS	
L-LEUCINE ¹	1500 mg
L-ISOLEUCINE ¹	750 mg
L-VALINE ¹	750 mg
L-LYSINE (HCL) ¹	300 mg
L-THRÉONINE ¹	300 mg
L-PHÉNYLALANINE ¹	300 mg
L-HISTIDINE (HCL) ¹	300 mg
L-MÉTHIONINE ¹	300 mg
L-TRYPTOPHANE ¹	100 mg
L-GLUTAMINE ¹	1500 mg
L-ARGININE (HCL)	750 mg
TAURINE	500 mg
L-CITRULLINE	400 mg
L-TYROSINE	300 mg
VITAMINES ET MINÉRAUX	
VITAMINE B6	0,21 mg (15% ²)
MAGNESIUM	56,32 mg (15% ²)

¹ Acides aminés essentiels - ² % valeurs nutritionnelles de référence**CONDITIONNEMENT**

330 G