

BETA ALANINE NDURANZ

OFFICIAL PRODUCT DATA SHEET / KARTA PRODUKTU / PRODUKTOVÝ LIST / TERMÉKISMERTETŐ

Product Name:	BETA ALANINE NDURANZ	Form / Packaging:	150 Capsules / Jar
Capsule Strength:	800 mg Pure Beta-Alanine	Net Weight:	142.5 g e
Key Target:	Endurance & Fatigue Resistance	Capsule Shell:	Vegan (Hypromellose)

PL | JĘZYK POLSKI

OPIS PRODUKTU

Suplement diety NDURANZ Beta Alanine został opracowany z myślą o zaawansowanych sportowcach dyscyplin wytrzymałościowych. Zawiera czystą beta-alaninę (800 mg w kapsułce), która zwiększa syntezę karnozyny w mięśniach. Karnozyna działa jako naturalny bufor kwasowości, opóźniając pojawienie się uczucia zmęczenia i tzw. „palenia mięśniowego”. Pozwala to trenować dłużej i intensywniej.

SPOSÓB UŻYCIA (PROTOKÓŁ DAWKOWANIA)

Maksymalne efekty wymagają regularnego stosowania przez dłuższy czas:

- Faza ładowania (1. miesiąc):** 10 kapsułek (8 g) dziennie, podzielone na dwie porcje (np. 5 rano, 5 wieczorem).
- Faza podtrzymania (od 2. miesiąca):** 5 kapsułek (4 g) dziennie w jednej dawce.

*W przypadku wystąpienia mrowienia skóry (parestezji), podziel dawkę na mniejsze porcje w ciągu dnia (np. 1 kapsułka 5 razy dziennie).

SKŁAD I WARTOŚĆ ODŻYWCZA

Składniki aktywne	1 kapsułka	5 kaps. (Porcja)
Beta-alanina	800 mg	4000 mg

Składniki: Beta-alanina, wegańska otoczka kapsułki; hydroksypropylometyloceluloza; substancja przeciwzbrylająca: sole magnezowe kwasów tłuszczowych.

OSTRZEŻENIA

Nie przekraczać zalecanej porcji. Suplement nie zastępuje zróżnicowanej diety. Przechowywać w suchym miejscu niedostępnym dla dzieci. Efekt mrowienia jest nieszkodliwy.

SK | SLOVENSKÝ JAZYK

POPIS PRODUKTU

Výživový doplnok NDURANZ Beta Alanine bol navrhnutý pre potreby vytrvalostných športovcov. Obsahuje 800 mg čistej beta-alanínu v každej kapsule, ktorá stimuluje syntézu karnosínu vo svaloch. Karnosín pôsobí ako vnútrobunkový nárazník kyslosti, čím odďaľuje svalovú únavu a pocit pálenia. Umožňuje trénovať tvrdsie a dlhšie.

DÁVKOVANIE (PROTOKOL UŽÍVANIA)

EN | ENGLISH

PRODUCT DESCRIPTION

NDURANZ Beta Alanine is formulated to meet the demanding needs of serious endurance athletes. Containing 800 mg of pure beta-alanine per capsule, it stimulates the synthesis of muscle carnosine. Carnosine acts as an intracellular acid buffer, delaying muscle fatigue and the characteristic burn. This allows athletes to push harder and sustain peak performance for longer periods.

DIRECTIONS FOR USE (INGESTION PROTOCOL)

Beta-alanine requires accumulation over time to deliver full benefits:

- Loading Phase (Month 1):** Take 10 capsules (8 g) daily, split into two doses (e.g., 5 capsules morning, 5 capsules evening).
- Maintenance Phase (Month 2+):** Take 5 capsules (4 g) daily as a single dose.

*If you experience a harmless skin tingling sensation, spread the total daily dosage into smaller portions throughout the day (e.g., 1 capsule 5 times daily).

NUTRITION FACTS & INGREDIENTS

Active Ingredients	Per Capsule	Per 5 Caps (Serving)
Beta-Alanine	800 mg	4000 mg

Ingredients: Beta-alanine, vegan capsule shell: hypromellose; anti-caking agent: magnesium salts of fatty acids.

WARNINGS

Do not exceed the recommended daily dose. Food supplements should not be used as a substitute for a varied diet. Store in a cool, dry place out of reach of children. Tingling is completely harmless.

CS | ČESKÝ JAZYK

POPIS PRODUKTU

Doplňek stravy NDURANZ Beta Alanine je speciálně vyvinut pro vytrvalostní sportovce. Každá kapsle obsahuje 800 mg čisté beta-alaninu, aminokyseliny, která zvyšuje tvorbu karnosinu ve svalech. Karnosin neutralizuje kyselinu mléčnou, čímž snižuje překyselení svalů během intenzivního výkonu. Pomáhá oddálit únavu a zvyšuje výkonnost.

DÁVKOVÁNÍ (PROTOKOL UŽÍVÁNÍ)

Beta-alanín nefunguje okamžite; vyžaduje pravidelné užívanie:

- **Nasycovacia fáza (1. mesiac):** 10 kapsúl (8 g) denne, rozdelených do dvoch dávok (napr. 5 ráno, 5 večer).
- **Udržiavacia fáza (od 2. mesiaca):** 5 kapsúl (4 g) denne v jednej dávke.

*Ak pociťujete mravenčenie pokožky (parestéziu), rozdeľte dávku na viacero menších porcií počas dňa (napr. 1 kapsula 5-krát denne).

ZLOŽENIE A NUTRIČNÉ HODNOTY

Účinné látky	Na 1 kapsulu	Na 5 kaps. (Dávka)
Beta-alanín	800 mg	4000 mg

Zloženie: Beta-alanín, vegánska kapsula: hypromelóza; protihrudkujúca látka: horečnaté soli mastných kyselín.

UPOZORNENIE

Neprekračujte odporúčanú dennú dávku. Nesmie sa používať ako náhrada pestrej stravy. Skladujte mimo dosahu malých detí, v suchu a chlade. Mravenčenie je neškodný vedľajší účinok.

HU | MAGYAR NYELV

TERMÉKLEÍRÁS

Az NDURANZ Beta Alanine étrend-kiegészítőt kifejezetten az állóképességi sportolók magas igényeinek megfelelően fejlesztették ki. Kapszulánként 800 mg tiszta béta-alanint tartalmaz, amely fokozza az izom karnozin szintézisét. A karnozin sejten belüli savpufferként működik, így késlelteti az izomfáradtságot és az izomégést, lehetővé téve a hosszabb és intenzívebb edzéseket.

ADAGOLÁS (ALKALMAZÁSI PROTOKOLL)

A béta-alanin hatása folyamatos szedés mellett, feltöltődéssel alakul ki:

- **Feltöltési fázis (1. hónap):** Napi 10 kapszula (8 g), két adagra osztva (pl. 5 kapszula reggel, 5 kapszula este).
- **Szinttartási fázis (2. hónaptól):** Napi 5 kapszula (4 g) egyetlen adagban.

*Ha bőrbizsergést (parestézia) tapasztal, ossza el a napi adagot kisebb részekre a nap folyamán (pl. napi 5-ször 1 kapszula).

ÖSSZETÉTEL ÉS TÁPÉRTÉK

Aktív összetevők	1 kapszulában	5 kapsz. (Adag)
Béta-alanin	800 mg	4000 mg

Összetevők: Béta-alanin, vegán kapszula héj: hipromellóz; csomósodást gátló anyag: zsírsavak magnéziumsói.

FIGYELMEZTETÉS

Az ajánlott napi mennyiséget ne lépje túl. Az étrend-kiegészítő nem helyettesíti a kiegyensúlyozott étrendet. Száraz, hűvös, gyermekektől elzárta helyen tárolandó. A bizsergő érzés ártalmatlan.

Pro dosažení optimálních výsledků vyžaduje dlouhodobé užívání:

- **Plnicí fáze (1. měsíc):** 10 kapslí (8 g) denně, rozdělených do dvou dávek (např. 5 kapslí ráno, 5 kapslí večer).
- **Udržovací fáze (od 2. měsíce):** 5 kapslí (4 g) denně jako jedna dávka.

*Pokud zaznamenáte mravenčení pokožky, rozložte denní dávku do více menších porcí během dne (např. 1 kapsle 5x denně).

SLOŽENÍ A NUTRIČNÍ HODNOTY

Účinné látky	Na 1 kapsli	Na 5 kaps. (Dávka)
Beta-alanin	800 mg	4000 mg

Složení: Beta-alanin, vegánska kapsle: hypromelóza; protispěková látka: hořečnaté soli mastných kyselin.

UPOZORNĚNÍ

Nepřekračujte doporučené denní dávkování. Výrobek nenahrazuje pestrou stravu. Skladujte v suchu, chladu a mimo dosah dětí. Pocit mravenčení je zcela neškodný projev.

NDURANZ® PREMIUM QUALITY

Formulated strictly based on contemporary scientific sports nutrition research. Free from unnecessary fillers, stimulants, or proprietary blends. Suitable for vegans and elite endurance athletes.

[150 CAPS | 800 mg]

NDURANZ is a registered trademark. Product specifications are intended for informative and retail compliance purposes across EU regions.