

L-Carnitin 500 mg 100 Kapseln



Kapseln mit 500 mg L-Carnitin
Mindestbestellmenge: 50 Dosen

Bewertung: Noch nicht bewertet

Preis

[Eine Frage zu diesem Produkt stellen](#)

Beschreibung

L-Carnitin wird als Aminosäure in unserer Leber synthetisiert. Ein Teil des täglichen L-Carnitin Bedarfs wird vom Körper selber hergestellt, der größte Teil des L-Carnitins wird jedoch über die Nahrung aufgenommen. Besonders tierische Nahrungsmittel wie Fleisch haben einen hohen L-Carnitin Anteil. Daher eignen sich Nahrungsergänzungen mit L-Carnitin auch besonders für Vegetarier.

L-Carnitin fungiert im Körper als Transportmittel und bringt das Fett direkt in den Zellkern, die Mitochondrien, wo es dann verbrannt wird. Besonders bei sportlichen Aktivitäten ist eine ausreichende Versorgung mit L-Carnitin durch die Nahrung nicht immer gewährleistet, aber auch im Rahmen einer Gewichtsreduktionsdiät ist L-Carnitin eine beliebte Nahrungsergänzung. Bei intensiven sportlichen Belastungen gewinnt der Körper seine Energie zunächst aus den Kohlenhydraten. Erst wenn diese Speicher erschöpft sind, werden die Fettreserven zur Energiegewinnung genutzt. Bei intensiven sportlichen Belastungen gewinnt der Körper seine Energie zunächst aus den Kohlenhydraten. Erst wenn diese Speicher erschöpft sind, werden die Fettreserven zur Energiegewinnung genutzt.

Bei intensiven sportlichen Belastungen gewinnt der Körper seine Energie zunächst aus den Kohlenhydraten. Erst wenn diese Speicher erschöpft sind, werden die Fettreserven zur Energiegewinnung genutzt.

[Bitte loggen Sie sich ein, um die Produktspezifikation zu sehen!](#)