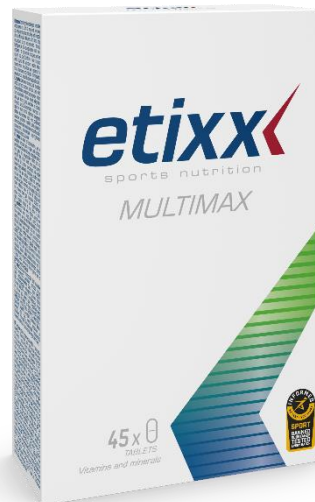




ETIXX MULTIMAX



1. *STERKE PUNTEN Etixx Multimax:*

- ✓ Breed samengesteld multivitaminenpreparaat met 100% referentie-inname van alle vitaminen, aangevuld met mineralen (25-50% referentie-inname).
- ✓ Slechts 1 tablet per dag

2. *GEBRUIKER – Voor WIE kan Multimax voordelig zijn?*

CATEGORIE POWER SPORTS – ENDURANCE SPORTS – INTERMITTENT SPORTS

Gezien de hoge eisen die sporters stellen aan hun lichaam, hebben ze geregeld behoefte aan extra vitaminen en mineralen. Dit multivitaminesupplement is daarom geschikt voor **alle sporters** als dagelijkse aanvulling van vitaminen en mineralen.

3. *SITUERING – WAT is Multimax en WAAROM Multimax gebruiken?*

Mensen die te maken hebben met **vermoeidheid, moeheid en lage energielevels**, zonder dat er medisch een oorzaak is vastgesteld, kunnen een vitamine- en mineralentekort (micronutriënten) hebben. Diegenen die het grootste risico lopen op een vitamine- en mineralentekort zijn jongeren,

vaak vrouwen, die een actieve levensstijl hebben en die vaak kiezen voor ongezonde voeding of diëten.

Atleten uit esthetische sporten (bv. gymnastiek, schoonspringen, kunstschaatsen...) of sporten met gewichtscategorieën (bv. judo) lopen vaak risico daar zij regelmatig voedingsinname beperken^{1,2}. Daarnaast is het geweten dat intensief sporten in het algemeen kan zorgen voor tekorten in vitaminen en mineralen, dit door **verlies aan mineralen via zweten, urine, feces** en een verhoogde turnover in actieve weefsels³.

Sporters stellen hoge eisen aan hun lichaam en kunnen daarom baat hebben bij het nemen van een multivitamine- en mineralensupplement, wanneer ze onvoldoende gevarieerd eten, in periodes van vermoeidheid, diëten, ziekte, herstel na blessure of bij medisch vastgestelde tekorten aan vitaminen en mineralen⁴. Atleten die voldoende gevarieerd eten en geen aangetoonde vitaminen- en mineralentekorten hebben, zullen geen prestatieverbetering ondervinden door het innemen van een multivitamine-/mineralensupplement ^{1,2,3,4}. Wie een veganistisch dieet volgt, loopt het risico op tekorten aan ijzer, calcium, zink, vit. D, vit. B12 en jodium⁵.

Vitaminen en mineralen zijn noodzakelijk voor een hele reeks essentiële chemische reacties: energiemetabolisme, groei en herstel van cellen, bescherming tegen beschadiging door vrije radicalen, zuurstoftransport, immuun-, zenuw- en spierfunctie ^{1,2}.

Multimax is een **breed samengesteld multivitaminepreparaat** aangevuld met tal van mineralen. Vitamine A, B6, B12, C, D, selenium, koper en zink dragen bij tot een normale werking van het immuunsysteem. Vitamine B2, B3, B5, B6, B12, C, ijzer en magnesium dragen bij tot het verminderen van vermoeidheid. Vitamine B1, B2, B3, B5, biotine (vit B8), vitamine B6, B12, C, ijzer, jodium, koper, magnesium en mangaan dragen bij aan een normaal energieleverend metabolisme. Vitamine B2, C, E, mangaan, selenium en zink dragen bij tot de bescherming van de cellen tegen oxidatieve stress. Vitamine D en magnesium dragen bij tot de normale werking van de spieren ⁶.

Etixx Multimax kan niet gebruikt worden ter vervanging van een gevarieerde, evenwichtige en gezonde voeding, maar als aanvulling ervan.

4. SKU's – Welke smaken en formaten zijn beschikbaar?

ETIXX MULTIMAX 45T (CNK : 2527-448)	ETIXX MULTIMAX 90T (CNK : 4295-507)
	

5. DOSERING – HOE en WANNEER moet ik Multimax innemen?

1 tablet per dag met een glas water, bij voorkeur tijdens de maaltijd, gedurende minimaal 4 weken.

Zeker aan te raden in periodes van vermoeidheid, diëten, ziekte, herstel na blessure of bij medisch vastgestelde tekorten, ter ondersteuning van gezonde voeding.

6. EXTRA tips:

/

7. NEVENEFFECTEN - Zijn er mogelijke neveneffecten bij het gebruik van Multimax?

Vitamine- en mineralensupplementen in dosis zoals hierboven beschreven worden normaal goed getolereerd en zijn veilig.

8. ALLERGENENINFO

Zonder gluten – zonder lactose – zonder soja – vegetariërs ✓ – veganisten ✓

9. SAMENSTELLING per tablet:

	Absolute hoeveelheid	% Referentie-inname
Vitamine A	800µg	100%
Vitamine D	5µg	100%
Vitamine E	12mg	100%
Vitamine C	80mg	100%
Vitamine B1	1.1mg	100%
Vitamine B2	1.4mg	100%
Vitamine B3	16mg	100%
Vitamine B5	6mg	100%
Vitamine B6	1.4mg	100%
Vitamine B8	50µg	100%
Foliumzuur	200µg	100%
Vitamine B12	2.5µg	100%
Vitamine K1	75µg	100%
Calcium	200mg	25%
Chroom	20µg	50%
Ijzer	7mg	50%
Jood	75µg	50%
Koper	0.5mg	50%
Magnesium	93.75mg	25%
Mangaan	1mg	50%
Molybdeen	25µg	50%
Selenium	27.5µg	50%
Zink	45mg	50%

10. Ingrediëntenlijst:

Calciumzouten van orthofosforzuur, vulstof (microkristallijne cellulose), magnesiumoxide, L-ascorbinezuur, ijzergluconaat, coating (vulstof: hydroxypropylmethylcellulose; zetmeel; vulstof: hydroxypropylcellulose; emulgator: vetzuren; verstevigingsmiddel: calciumsulfaat; kleurende voedingsmiddelen: spirulina, appel; kleurstoffen: ijzeroxide, kopercomplexen van chlorofylen), geheel geharde palm olie, DL-alfa-tocoferylacetaat, emulgator (mono- en diglyceriden van vetzuren), nicotinamide, antiklontermiddel: polyethyleenglycol, retinylacetaat, calcium-D-pantothenaat, zinkoxide, D-biotine, koper(II)gluconaat, mangaansulfaat, cyanocobalamine, cholecalciferol, riboflavine, maltodextrine, chroomchloride, antiklontermiddel: magnesiumzouten van vetzuren, fytomenadion, pyridoxinehydrochloride, thiaminehydrochloride, pteroylmonoglutaminezuur, kaliumjodide, natriummolybdaat, natriumseleniet.

11. Wetenschappelijke referenties:

1. Williams 2004. Dietary supplements and sports performance: introduction and vitamins. J of the Int Soc of Sports Nutr 1 (2): 1-6.
2. Williams M. Dietary supplements and sports performance: minerals. J of the Int Soc of Sports Nutr (2005); 2(1): 43-49.
3. Maughan R. Role of micronutrients in sport and physical activity. Br Med Bull (1999); 55(3): 683-690.
4. Factsheet AIS sport supplement Framework – Multivitamins and minerals. 2014.
5. Rogerson 2017. Vegan diets: practical advice for athletes and exercisers. J of the Int Soc of Sport Nutr 14: 36.
6. https://ec.europa.eu/food/safety/labelling_nutrition/claims/register/public/?event=register.home