

**Vážení sportovci**

Děkujeme Vám, že jste si vybrali Orthomol® Sport, vysoce kvalitní produkt společnosti Orthomol. Společnost Orthomol využila své zkušenosti a vědecké poznatky při vývoji ortomolekulárních kombinací mikroživin s cílem poskytnout Vám prvotřídní produkty k udržení Vašeho dobrého zdraví. V tomto příbalovém letáku najdete informace o produktu a jeho obsahových látkách, a také důležité poznámky o jeho užívání a možných vedlejších účincích. Máte-li jakékoli další otázky, obraťte se prosím na Vašeho zdravotníka nebo lékárníka.

**Co je Orthomol® Sport?**

Orthomol® Sport je doplňek stravy obsahující důležité mikroživiny pro sportovní výkon.

- Minerály hořčík a vápník přispívají k normální funkci svalů.
- Vitaminy skupiny B a různé minerály přispívají k normálnímu metabolismu energie.
- Glukóza může být v těle uložena ve formě glykogenu jako látky přenášející energii.
- Vitamin B<sub>6</sub> přispívá k normálnímu metabolismu bílkovin a glykogenu.
- Zinek přispívá k normálnímu metabolismu sacharidů (uhlovdanů).
- Vitamin C přispívá k udržení normální funkce imunitního systému v průběhu intenzivní tělesné námahy a po ní.
- Kyslík je v těle vázán na hemoglobin v červených krvinkách, a je v krvinkách transportován do tkání.
- Železo, vitamin B<sub>12</sub> a vitamin B<sub>6</sub> přispívají k normální tvorbě červených krvinek.
- Železo přispívá k normální tvorbě hemoglobinu a k normálnímu transportu kyslíku.
- Kyselina listová přispívá k normální tvorbě krve.
- Antioxidanty vitamin C a E, a také stopové prvky zinek, selen a měď přispívají k ochraně buněk před oxidačním stresem.
- Vápník je potřebný pro udržení normálního stavu kostí.
- Vitamin D přispívá k udržení normálního stavu kostí. Hořčík přispívá k udržení rovnováhy elektrolytů.

Obsahuje L-karnitin, koenzym Q<sub>10</sub> a omega-3-mastné kyseliny.

**Jak by měl být Orthomol® Sport užíván?**

Užijte každý den v době jídla nebo po jídle obsah jedné lahvičky připravené k vypití (= denní porce) společně s tabletou a tobolkou. Před užitím dobře protřepejte. Obecně doporučujeme užití produktu s určitým předstihem před sportovní aktivitou, nebo s odstupem po sportovní aktivitě.

**Jak dlouho by měl být Orthomol® Sport užíván?**

Mikroživiny jsou potřebné každý den; je proto doporučeno pravidelné a dlouhodobé užívání.

**Co je nutno dodržet?**

- Orthomol® Sport obsahuje snadno dostupné sacharidy (8,3 g v denní porci). Tento produkt by měl být v případě poruch tolerance glukózy užíván pouze při pečlivé kontrole látkové výměny.
- Orthomol® Sport obsahuje jód. Máte-li hyperfunkci štítné žlázy (hypertyreózu), poradte se před užíváním přípravku Orthomol® Sport se svým lékařem.
- Nepřekračujte doporučenou denní dávku (denní porci).
- Doplňky stravy nemohou nahradit pestrou a vyváženou stravu a zdravý životní styl.
- Uchovávejte mimo dosah dětí.

**Jsou ještě nějaké další užitečné informace?**

- Orthomol® Sport neobsahuje laktózu ani gluten.
- Orthomol® Sport neobsahuje nandrolon (analýza vzorků, úroveň detekce 0,01 µg/g [GC/MS]).
- Užíváte-li Orthomol® Sport, mohou se u Vás objevit následující neškodné vedlejší účinky: žluté zbarvení moče způsobené obsahem vitamínu B<sub>2</sub>, a také občasné mírné řhání podmíněné obsahem rybího oleje (omega-3-mastné kyseliny) v tobolce. Aby se předešlo řhání, doporučuje se užít tobolku před ulehnutím na lůžko.
- Tento produkt obsahuje beta-karoten (provitamin A), který silně barví. Může být tedy obtížné odstranit jakékoli skvrny, například z oděvu.

**Jak by měl být Orthomol® Sport uchováván?**

Uložte na chladném, suchém a tmavém místě.

**V jakých formách pro podávání je Orthomol® Sport dodáván?**

- Lahvička připravená k vypití/tableta/tobolka

**Kde mohu získat další informace?**

Přejete-li si zjistit více o ortomolekulární nutriční medicíně, neváhejte prosím, a obraťte se na nás.

**S přátelským pozdravem,  
Orthomol GmbH**

Výrobce:  
**Orthomol GmbH**  
Herzogstr. 30  
40764 Langenfeld  
Německo  
international-sales@orthomol.com  
www.orthomol.com

Distributor pro ČR:  
**IBI, spol. s r.o.**  
Senovážné nám. č. 5  
110 00 Praha 1  
Česká republika  
www.ibi.cz  
www.orthomol.cz



orthomol



# orthomol sport



## Složení

1 denní porce 20 ml (23,9 g) plus 1 tableta/1 tobolka (1,6 g)

	v jedné denní porci	% NRV**
<b>Vitaminy</b>		
Vitamin A	750 µg ER <sup>o</sup>	94
Vitamin D	15 µg (600 MJ <sup>oo</sup> )	300
Vitamin E	36 mg alpha-TE <sup>ooo</sup>	300
Vitamin K	60 µg	80
Vitamin C	300 mg	375
Vitamin B <sub>1</sub> (Thiamin)	3 mg	273
Vitamin B <sub>2</sub> (Riboflavin)	3,6 mg	257
Niacin	35 mg EN*	219
Vitamin B <sub>6</sub>	5 mg	357
Vitamin B <sub>12</sub>	9 µg	360
Kyselina listová	500 µg	250
Biotin	150 µg	300
Kyselina pantotenová	18 mg	300

## Minerály a stopové prvky

Vápník	200 mg	25
Hořčík	150 mg	40
Železo	5 mg	36
Zinek	5 mg	50
Měď	1000 µg	100
Selen	30 µg	55
Chrómov	30 µg	75
Molybden	50 µg	100
Jód	100 µg	67

## Fytoživiny

Citrusové bioflavonoidy	5 mg	***
Beta-karoten	2 mg	***
Lutein	800 µg	***
Lykopen	200 µg	***

## Esenciální mastné kyseliny

Omega-3-mastné kyseliny, včetně:	150 mg	***
Kyselina dokosahexaenová (DHA)	50 mg	***
Kyselina eikosapentaenová (EPA)	80 mg	***

## Jiné mikroživiny

L-karnitin	300 mg	***
Koenzym Q <sub>10</sub>	15 mg	***

## Obsahové látky

Voda, koncentrát z pomerančového džusu s bioflavonoidy, glycerol (85 %) (stabilizátor), fruktóza, magnesium-glycerofosfát, L-kyselina mléčná (kyselina), **rybí olej** (2 %), uhličitan vápenatý, L-kyselina askorbová, kalium-laktát, L-karnitin (1,2 %), želatina, modifikovaný škrob, sacharóza, kukuřičný škrob, DL-tokoferol-alfa-acetát, mikrokrystalická celulóza (plnivo), maltodextrin, arabská klovatina (stabilizátor), nikotinamid, sorbitol (plnivo), zinkum-glukonát, rostlinné oleje (palmojádrový a kokosový olej v proměnlivém podílu), kalium-sorbát (protimikrobiální látka), kalcium pantothenát, hypromelosa (obalová látka), ferrum(II)-fumarát, koenzym Q<sub>10</sub> (0,06 %), mastek (látka proti spékání), natrium-cyklamát (sladidlo), vápenaté soli potravinových mastných kyselin (látka proti spékání), hypromelosa (obalová látka), acesulfam draselná sůl, (sladidlo), pyridoxin-hydrochlorid, tiamin hydrochlorid, srážený oxid křemičitý (látka proti spékání), aroma, síran měďnatý, riboflavin, beta-karoten (plnivo), laktitol (plnivo), dihydrát sodné soli sacharinu (sladidlo), oxidy železa (barviva), retinol-acetát, lutein, kyselina listová, lykopen, D-biotin, chlorid chromitý, jodid draselný, molybdenan sodný, fytomenadiom, selenan sodný, cholecalciferol, kyanokobalamin

<sup>o</sup> ER = ekvivalenty retinolu

<sup>oo</sup> MJ = mezinárodní jednotky

<sup>ooo</sup> alpha-TE = ekvivalenty alfa tokoferolu

\* EN = ekvivalenty niacinu

\*\* NRV = nutriční referenční hodnota podle nařízení EU č. 1169/2011

\*\*\* Dosud žádné doporučení EU

Testování kvality:  
certifikováno  
ISO 22000/GMP

Neobsahuje  
konzervační  
přísady



**Orthomol je první výrobce v Německu, který vyrábí potraviny pro zvláštní lékařské účely a doplňky stravy podle těchto přísných kritérií bezpečnosti potravin.**

**Pro vyšší transparentnost a bezpečnost je Orthomol® sport uveden v seznamu Kölner Liste® (Cologne list, [www.koelnerliste.com](http://www.koelnerliste.com)).**