

# Basica Intensiv-Kur

## Nährstoffinformation und Zutatenliste der Tagesportion

---

### Morgens: Trinkampulle und Kapseln

Am Tag wird die Energiefreisetzung aktiviert. Der Vitamin B-Komplex (Niacin, B2, B6, B12, Folsäure, Pantothensäure) trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Erschöpfung bei. In Kombination mit den B-Vitaminen sorgen Magnesium und die Spurenelemente Eisen und Mangan für einen reibungslosen Energiestoffwechsel. Vitamin B1 und Kalium unterstützen die Funktion des Nervensystems. Die Spurenelemente Eisen und Zink vitalisieren die geistige Konzentrationsfähigkeit.

	Trinkampulle <sup>1)</sup> und Kapseln
Kalium	300 mg
Magnesium	200 mg
Eisen	3 mg
Zink	5 mg
Mangan	1 mg
Vitamin C	150 mg
Vitamin B1	15 mg
Vitamin B2	11 mg
Vitamin B6	10 mg
Vitamin B12	500 µg
Folsäure	400 µg
Biotin	150 µg
Pantothensäure	23 mg
Niacin	50 mg

1) Die Trinkampulle enthält 300 mg Kalium und 50 mg Magnesium

### Abends: Trinkgranulat

In der Nacht regeneriert sich der Stoffwechsel. Basische Mineralstoffe neutralisieren Säure und das Spurenelement Zink stabilisiert das Säure-Basen-Gleichgewicht. Die Kombination aus Spurenelementen (Selen, Zink, Eisen, Kupfer) und Vitamin C stärkt das Immunsystem.

	Trinkgranulat
Magnesium	100 mg
Calcium	140 mg
Kalium	300 mg
Kupfer	1 mg
Eisen	5 mg
Zink	5 mg
Chrom	40 µg
Molybdän	50 µg
Selen	30 µg
Vitamin C	150 mg
Vitamin B2	4 mg
Vitamin D	20 µg

## Nährstoffinformation pro Tagesportion

Physiologischer Brennwert	158 kJ/37 kcal
Protein	0,13 g
Kohlenhydrate davon Zucker: 5,0 g	5,8g
Fett davon gesättigte Fettsäuren: 0,05 g	0,05 g
Ballaststoffe	0 g
Natrium	0,35 g

## **Zutaten:**

### **Trinkampulle:**

Wasser, Traubenzucker, Kaliumcitrat, Säuerungsmittel Milchsäure, Magnesiumcitrat, Natriumcitrat, Aroma, Konservierungsstoff Kaliumsorbit

### **Kapseln:**

Magnesiumoxid, Calciumascorbat, Gelatine, Maisstärke, Niacin, Maltodextrin, Trennmittel Talkum, pflanzliches Fett gehärtet, Emulgator Mono- und Diglyceride von Speisefettsäuren, Calciumpantothenat, Thiaminmononitrat, Eisencitrat, Pyridoxinhydrochlorid, Riboflavin, Mangangluconat, Zinkoxid, Farbstoffe Titandioxid und Eisenoxide, Folsäure, Biotin, Cyanocobalamin

### **Trinkgranulat:**

Säuerungsmittel Citronensäure, Natriumcitrat, Kaliumcitrat, Magnesiumcitrat, Maltodextrin, Aroma, Calciumcarbonat, Natriumhydrogencarbonat, Ascorbinsäure, Trennmittel Siliciumdioxid, Eisencitrat, Zinkcitrat, Süßstoff Sucralose, Farbstoff Beetenrot, Kupfercitrat, Riboflavin, Chromchlorid, Natriummolybdat, Natriumselenat, Cholecalciferol