

# Magnesiumcitrat 120

Magnesium ist mit Sicherheit der bekannteste Mineralstoff im orthomolekularen Bereich. Das Mineral wird sowohl als natürlicher Bestandteil von Nahrungsmitteln, in Mineralwässern, wie auch als Nahrungsergänzung und sogar als Arzneistoff geschätzt.

Magnesium gilt als Tausendsassa unter den Mikronährstoffen. Es ist der vierthäufigste Mineralstoff in unserem Körper, an mehr als 300 Stoffwechselfvorgängen beteiligt und wird in fast allen Geweben gespeichert. Es liegt zu 95% intrazellulär, also in den Zellen, vor.

Magnesium ist wichtig für die Aufrechterhaltung der Elektrolytbalance in den Zellen, trägt zu einer normalen Zellteilung bei und unterstützt gesunde Nerven- und Muskelfunktionen. Es wird für einen normalen Energiehaushalt benötigt, spielt eine Rolle bei psychischen Funktionen und hilft bei der Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung.

- Magnesium in der organischen Citratverbindung, die sich durch eine gute Bioverfügbarkeit auszeichnet
- Zur Aufrechterhaltung der Elektrolytbalance, der Nerven und Muskelfunktion
- Ideal für Sportler

**Zutaten:** Magnesiumcitrat, Hydroxypropylmethylcellulose (Kapselhülle).

**Verzehrempfehlung:** Täglich 2 x 1 Kapsel mit viel Flüssigkeit zwischen den Mahlzeiten verzehren.

Inhaltsstoffe pro Tagesdosis:	2 Kapseln	% NRV*
Magnesium	240 mg	64

\*% der Referenzmenge nach EU-Verordnung 1169/2011

**60 Kapseln**

**EUR 17,95**

Unverbindlich empfohlener Apothekenverkaufspreis inkl. MwSt.  
PZN (AT) 3296372, PZN (D) 00168018  
Inhalt: 51 g, Nahrungsergänzungsmittel

Bei Raumtemperatur, trocken und lichtgeschützt lagern. Vor Wärme schützen. Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren. Ohne Farbstoffe, laut Gesetz ohne Konservierungsstoffe. Hinweis: Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung. Eine gesunde Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind wichtig.

