

Wissenschaftliche Hintergründe unserer Rezeptur

Die Rezeptur von Liftrition wurde entwickelt, um über die reine Grundversorgung hinaus eine optimale Nährstoffsättigung zu unterstützen. Wir orientieren uns dabei an den Bedürfnissen von Menschen mit einem aktiven Lebensstil (wie Sport oder hoher mentaler Belastung).

1. Wasserlösliche Vitamine (B-Komplex & Vitamin C)

Da der Körper wasserlösliche Vitamine kaum speichern kann und Überschüsse auf natürlichem Weg ausscheidet, setzen wir auf eine fundierte Dosierung über dem NRV-Mindestwert, um die Bioverfügbarkeit in jeder Lebenslage sicherzustellen.

- **Vitamin C (650 mg / 813%):** *Vitamin C trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei – auch während und nach intensiver körperlicher Betätigung. Zudem unterstützt es den Schutz der Zellen vor oxidativem Stress.*
- **B-Vitamine (B1, B2, B3, B6, B12, Biotin, Pantothensäure):** *Diese Vitamine tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel und einer normalen Funktion des Nervensystems bei. Unsere Dosierung stellt sicher, dass dem Stoffwechsel auch bei erhöhtem Umsatz ausreichend Co-Enzyme zur Verfügung stehen.*
- **Folsäure (600 µg / 300%):** *Trägt zu einer normalen Blutbildung und zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.*

2. Gezielte Steuerung von Mineralstoffen & Spurenelementen

Wir setzen auf intelligente Kombinationen statt auf reine Masse:

- **Zink (15 mg / 150%):** Trägt zu einem normalen Fettsäurestoffwechsel und zur Erhaltung normaler Haare, Haut und Nägel bei. Die Dosierung berücksichtigt physiologische Verluste (z. B. durch Sport).
- **Magnesium (200 mg / 53%):** Wir verwenden hochwertiges **Magnesiumbisglycinat**. Diese organische Form zeichnet sich durch eine hervorragende Verträglichkeit und hohe Bioverfügbarkeit aus.
- **Calcium & Vitamin K2:** Anstatt auf isoliertes, hochdosiertes Calcium zu setzen, liefern wir eine bedarfsgerechte Ergänzung (15% NRV) und

kombinieren diese mit **100 µg Vitamin K2 (MK-7)**. *Vitamin K trägt zur Erhaltung normaler Knochen bei und unterstützt eine normale Blutgerinnung.*

3. Synergie durch Pflanzenextrakte & Schutzstoffe

Zusätze wie OPC, Ingwer, Olivenblatt, Coenzym Q10 und Cholin ergänzen unsere Formel. Cholin trägt beispielsweise zu einem normalen Fettstoffwechsel und zur Erhaltung einer normalen Leberfunktion bei.

Bei Fragen sind wir über das Kontaktformular für dich erreichbar.

Unsere Rezeptur basiert auf aktuellen ernährungswissenschaftlichen Erkenntnissen, die zwischen dem reinen Mangelschutz (NRV) und einer optimalen Nährstoffsättigung unterscheiden. Wir verwenden bevorzugt organische Verbindungen (wie Bisglycinate), die vom Körper hervorragend erkannt werden. Die Dosierungen sind so gewählt, dass sie auch bei erhöhtem Bedarf durch Sport, Stress oder Umweltbelastungen eine sichere und effektive Versorgung gewährleisten, ohne die sicheren Höchstmengen (Tolerable Upper Intake Levels) der EFSA zu überschreiten.

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden.