



system

✓ lactosefrei  
✓ glutenfrei

Für Vegetarier +  
Veganer geeignet

# MAGNESIUM 400 CITRAT

Vielen Dank, dass Sie sich für ein Doppelherz system Produkt entschieden haben! Doppelherz system Produkte bieten eine sinnvolle, systematisch abgestimmte Kombination verschiedener Inhaltsstoffe – Nahrungsergänzungsmittel mit System.

Die Portionsbeutel von Doppelherz system tragen mit 400 mg Magnesium in Citratform zu einer normalen Muskelfunktion und mit Vitamin B<sub>6</sub> zur normalen Funktion des Nervensystems bei.

- 400 mg Magnesium in organischer Citratform
- 5 mg Vitamin B<sub>6</sub>
- 27 mg Vitamin C
- trinkfertiges Granulat mit Orange-Granatapfel-Geschmack zum Auflösen

### Magnesium in Citrat-Qualität

Der Mineralstoff Magnesium ist im Granulat von Doppelherz system in seiner Citratverbindung enthalten. Magnesiumcitrat ist eine organische Form des Magnesiums.

**Magnesium** ist ein lebensnotwendiger Mineralstoff, den der Körper nicht selbst bilden kann. Außerdem ist eine Speicherung nur in begrenztem Umfang möglich.

Magnesium unterstützt den normalen Energiestoffwechsel sowie die normale Funktion des Nervensystems.

Eine ausreichende Magnesiumversorgung leistet einen Beitrag zur normalen Muskelfunktion. Der Mineralstoff trägt zum Elektrolytausgleich bei.

**Vitamin B<sub>6</sub>** trägt zum normalen Eiweiß- und Glykogenstoffwechsel bei. Es spielt eine Rolle für die normale Funktion des Nervensystems.

**Vitamin C** leistet einen Beitrag zu einer normalen Funktion des Immunsystems und trägt dazu bei die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

**Bei unausgewogener Ernährung oder einem erhöhten Nährstoffbedarf, z. B. durch:**

- körperliche Belastung (z. B. Sport)

**kann die Ernährung mit Doppelherz system MAGNESIUM 400 CITRAT gezielt ergänzt werden.**

### Verzehrempfehlung:

Einmal täglich 1 Portionsbeutel in 1 Glas Wasser (ca. 200 ml) auflösen und trinken. Die Einnahme empfiehlt sich bei einem erhöhten Magnesiumbedarf aufgrund körperlicher Belastung (z. B. Sport), wenn gleichzeitig eine unausgewogene Ernährung vorliegt. Liegt lediglich eine magnesiumarme Ernährung vor, empfiehlt es sich täglich den Inhalt eines ½ Portionsbeutels in ca. 100 ml Wasser aufzulösen und zu trinken.

Zusammensetzung	pro ½ Portionsbeutel	% NRV*	pro 1 Portionsbeutel	% NRV*
Magnesium	200 mg	53 %	400 mg	107 %
Vitamin B <sub>6</sub>	2,5 mg	179 %	5 mg	357 %
Vitamin C	13,5 mg	17 %	27 mg	34 %

\* Nährstoffbezugswerte gemäß EU-Verordnung 1169/2011



  
**Quisser**  
PHARMA  
Schleswiger Str. 74  
24941 Flensburg  
DEUTSCHLAND  
www.doppelherz.de