



# MELASAN<sup>®</sup> SPORT



~~Doping~~  
**100%**  
FREE

NUTRITION FOR SPORTS  
PRODUKTÜBERSICHT

# TRAINING, LEISTUNG, REGENERATION.

**Das es MELASAN® SPORT gibt, hat einen ganz simplen Grund:**

Wir wurden als Hersteller hochwertiger und natürlicher Nahrungsergänzungsmittel immer wieder angefragt, ob wir nicht auch spezielle Produkte für Sportler hätten.

Das – und die Erkenntnis, dass das Angebot an hochwertigen Sportprodukten zur Unterstützung bei Training, Leistung und Regeneration bei weitem noch nicht optimal ist – ließ uns eine individuelle Sportlinie entwickeln.

**Das Ziel dabei war mit einer überschaubaren Anzahl an Produkten alle relevanten Bedürfnisse von Sportlern abzudecken.**

MELASAN® SPORT Produkte – insbesondere die Sportgetränke – garantieren ein Maximum an Natürlichkeit und Reinheit der verwendeten Mikronährstoffe und Extrakte, um eine optimale Aufnahme und Verträglichkeit im Körper zu gewährleisten. Egal, ob es sich um Leistungs- oder Hobbysportler handelt, ob um körperliche Anforderungen im Berufsalltag oder in der Freizeit: MELASAN® SPORT Produkte sind für eine breite Altersgruppe nutzbar – von Kindern bis zu Senioren. Auf den Zusatz synthetischer Hilfsstoffe wird konsequent verzichtet.



# LAUFEN

# ANWENDUNGS

Freizeit- und Fitnessläufer und Nordic Walker:

**Sportgetränke:** Vor und nach dem Laufen bis 0,5 | **Sportgetränk mit MAGNESIUM** und bei Bedarf 0,5–1,0 | **Sportgetränk mit BCAA** bis zu einer Stunde nach der sportlichen Belastung zur Verbesserung der Regeneration der Muskulatur. Bei sportlich Aktiven ab 45 Jahren kann die regelmäßige Einnahme von BCAA Sportgetränken und Kapseln den vorzeitigen Muskelabbau verlangsamen.

**Kapselprodukte:** 2 **ENERGY+ Kapseln** bis zu einer Stunde vor dem Lauf verbessern den Fettstoffwechsel.



## **Thomas Bosnjak**

Trainingszentrum B'jak

*Melasan Sportnahrung und Sportgetränke sind nicht nur österreichisch ‚guad‘, sondern auch die beste Ergänzung an ausgesuchten und vollwertigen Zusatznährstoffen. Individuell angepasst an dein Training gibst du deinem Körper retour, was er für eine gezielte Leistungssteigerung braucht. Als Trainer für gezielte Trainingssteuerung schwöre ich auf die perfekten Melasan Sport Produkte.*

# EMPFEHLUNG:

## Ambitionierte sportliche Läufer/Wettkampfläufer:

**Sportgetränke:** Je nach Dauer der sportlichen Belastung jede halbe Stunde 0,5 l **Sportgetränk mit MAGNESIUM** oder **Sportgetränk mit NUTRIOSE®** trinken. 0,5–1,0 l **Sportgetränk mit BCAA** bis zu einer Stunde vor und einer Stunde nach der sportlichen Belastung verbessert die Regeneration und die Kraftentwicklung der Muskulatur. Vor einem Marathon ist die Einnahme von 50–80 g **NUMALT 3500** zwei bis drei Tage zum Auffüllen der Glykogenspeicher empfehlenswert.

**Kapselprodukte:** Die Einnahme von 2–3 Kapseln **ARGININ+ ViNitrox™** bis zu einer Stunde vor der Belastung führt zu einer Verbesserung der Sauerstoffaufnahme und Durchblutung in der Muskulatur. Bei drohenden Muskelkrämpfen und hohem Flüssigkeitsverlust 1–2 **SALZCAPS** mit etwas Flüssigkeit einnehmen, bei länger andauernden Belastungen 1–2 Kapseln pro Stunde. 2 **ENERGY+ Kapseln** bis zu einer Stunde vor dem Lauf verbessern den Fettstoffwechsel. Der Inhaltsstoff Coenzym Q10 verbessert die Herzleistung bei intensiven Dauerbelastungen. 2–3 **BCAA 3:1:1 Kapseln** vor intensivem Training oder Wettkampf schützen die Muskulatur und verbessern die Kraftentwicklung. Die Einnahme von 2–3 **BCAA 3:1:1 Kapseln** innerhalb einer Stunde nach der Belastung verbessern die Reparaturprozesse in der Muskulatur.



**WANDERN,  
BERGSTEIGEN,  
NORDIC WALKEN,  
SKITOURN,  
SKILANGLAUF**

**ANWENDUNGSEMPFEHLUNG:**

**Freizeit- und Familienwanderungen:**

**Sportgetränke:** Jede halbe Stunde 0,5 l MELASAN® **Sportgetränk mit MAGNESIUM** oder **Sportgetränk mit NUTRIOSE®**.

**Kapselprodukte:** Bei drohenden Muskelkrämpfen 1–2 **SALZCAPS** mit etwas Flüssigkeit einnehmen.

**ENERGY+ Kapseln** verbessern den Fett- und Energiestoffwechsel.

**Ambitionierte sportliche Wanderer & Bergsteiger:**

**Sportgetränke:** 0,5–1,0 l **Sportgetränk mit BCAA** bis zu einer Stunde vor und einer Stunde nach der sportlichen Belastung verbessert die Kraftentwicklung und die Regeneration der Muskulatur.

MELASAN® **Sportgetränk mit NUTRIOSE®** verbessert durch die langfristige Abgabe von Glukosemolekülen die Energiebereitstellung über mehrere Stunden.

Für ausgedehnte oder mehrtägige Touren empfehlen wir die Sportgetränke mit **NUMALT 3500** anzureichern.

**Kapselprodukte:** Vor der Tour 2–3 Kapseln mit **BCAA 3:1:1**. Für längere, mehrtägige Touren können alle 3 bis 4 Stunden 1–2 Kapseln genommen werden und nach der Belastung zur Regeneration 2–3 Kapseln. Bei drohenden Krämpfen und hohem Flüssigkeitsverlust 1–2 **SALZ-CAPS** mit etwas Flüssigkeit einnehmen, bei länger andauernden Belastungen 1–2 Kapseln pro Stunde. Bei festgestelltem Eisenmangel kann bei langen Touren die Einnahme von 1–2 **FERROCAPS** die Ausdauerleistung deutlich verbessern.



## **Marianne Holl**

*Begeisterte Bergsportlerin*



*Ich empfehle aus Überzeugung Sportgetränke von MELASAN. Sie schmecken nicht nur vorzüglich, sie unterstützen mich auch vor und während meiner ausgedehnten Bergtouren. Zusätzlich hilft mir das geschmacksneutrale Kohlenhydratpulver NUMALT 3500 meinen Energiehaushalt zu decken. MELASAN Sportgetränke sind sehr magenschonend und daher leicht verträglich. Die handlichen Sticks ermöglichen auch den leichten Transport bei langen Wanderungen.*

# WINTERSPORT

Freizeit- und Familienskifahrer:

**Sportgetränke:** Das neue **Heißgetränk Orange-Ingwer mit Taurin und Vitamin C** ist ideal für die Energieversorgung während des Tages.

**Kapselprodukte:** Nur bei Bedarf 2–3 **Kapseln BCCA 3:1:1** zur Regeneration der Muskulatur einnehmen. Der Muskelkater nach einem langen Skitag kann dadurch verhindert werden.



## Alex Köll

MELASAN Sport Athlet, Swedish Downhill Champion 2015,  
World Cup Rider

”

Melasan ist einer der wichtigsten Faktoren für Top Leistungen im Alpinen Skirennsport auf höchstem Niveau... die Produkte helfen mir, bei Rennen und Trainings hundertprozentig fit zu sein... auf Reinheit und Sicherheit der Melasan Produkte kann ich vertrauen... Melasan Produkte sind super verträglich... der Geschmack ist natürlich und hervorragend.



# ANWENDUNGSEMPFEHLUNG:

Sportlich ambitionierte Skifahrer:

**Sportgetränke:** Das neue **Heißgetränk Orange-Ingwer mit Taurin und Vitamin C** ist ideal für die Energieversorgung während des Tages.

Das **Sportgetränk Himbeer-Zitrone** ist das klassische Skiläufergetränk zum Durstlöschchen. 0,5–1,0 l **Sportgetränk BCAA** bis zu einer Stunde vor und einer Stunde nach der sportlichen Belastung verbessert die Regeneration und die Kraftentwicklung der Muskulatur.

**Kapselprodukte: AMINO+ Kapseln** (1 Kapsel pro 10 kg Körpergewicht) verbessern die Kraftentwicklung und den Aufbau der Muskulatur.

2–3 Kapseln **ARGININ+ ViNitrox™** bis zu einer Stunde vor der Belastung einnehmen. Dies führt zu einer Verbesserung der Sauerstoffaufnahme und Durchblutung in der Muskulatur. Die Ermüdung kann dadurch hinausgezögert werden, was auch in der Endphase eines Rennens noch koordinative Abläufe ermöglicht. Vor und nach dem Training oder Wettkampf ist die Einnahme von 2–3 Kapseln **BCCA 3:1:1** zu empfehlen.

## SKITOURENGEHEN/SKIBERGSTEIGEN:

siehe Wandern/Bergsteigen, die Empfehlungen sind ident

## LANGLAUFEN:

siehe Laufen/Nordic Walken, die Empfehlungen sind ident



# RADFAHREN

## ANWENDUNGSEMPFEHLUNG:

### Freizeit- und Fitnessradfahrer:

**Sportgetränke:** Vor und nach dem Radfahren bis 0,5 | **Sportgetränk mit MAGNESIUM** und bei Bedarf 0,5–1,0 | **Sportgetränk BCAA** bis zu einer Stunde nach der sportlichen Belastung zur Verbesserung der Muskelregeneration. Bei sportlich aktiven Personen ab 45 Jahren kann die regelmäßige Einnahme von **Sportgetränk BCAA** und **BCAA 3:1:1 Kapseln** den vorzeitigen Muskelabbau verlangsamen.

**Kapselprodukte:** 2 **ENERGY+** Kapseln bis zu einer Stunde vor dem Radfahren verbessert den Fettstoffwechsel.



### Ambitionierte sportliche Radfahrer:

**Sportgetränke:** Je nach Dauer der sportlichen Belastung jede halbe Stunde 0,5 l **Sportgetränk mit MAGNESIUM** oder **Sportgetränk mit NUTRIOSE®** trinken. 0,5–1,0 l **Sportgetränk BCAA** bis zu einer Stunde vor und einer Stunde nach der sportlichen Belastung verbessert die Regeneration und die Kraftentwicklung der Muskulatur. Vor einem Radmarathon ist zwei bis drei Tage lang die Einnahme von 50–80 g **NUMALT 3500** zum Auffüllen der Glykogenspeicher empfehlenswert.

**Kapselprodukte:** Einnahme von 2–3 Kapseln **ARGININ+ ViNitrox™** bis zu einer Stunde vor der Belastung führt zu einer Verbesserung der Sauerstoffaufnahme und Durchblutung in der Muskulatur und kann die Ermüdung hinauszögern. Bei Krampfneigung und hohem Flüssigkeitsverlust 1–2 **SALZCAPS** mit etwas Flüssigkeit einnehmen.

Bei längeren Belastungen 1–2 Kapseln pro Stunde einnehmen.

2 **ENERGY+** Kapseln bis zu einer Stunde vor dem Radfahren verbessern den Fettstoffwechsel. Der Inhaltsstoff Coenzym Q10 verbessert die Herzleistung bei intensiven, andauernden Belastungen.

2–3 **BCAA 3:1:1** Kapseln vor intensiven Trainingseinheiten oder Wettkämpfen schützen die Muskulatur und verbessern die Kraftentwicklung. Die Einnahme von 2–3 **BCAA 3:1:1** Kapseln innerhalb einer Stunde nach der Belastung verbessert die Reparaturprozesse in der Muskulatur.

# FITNESS- UND KRAFTTRAINING

## ANWENDUNGSEMPFEHLUNG:

### Fitnesssportler:

**Sportgetränke:** 2–3 mal in der Woche leichtes Krafttraining. Während des Trainings 0,5 l **Sportgetränk MAGNESIUM** und bei Bedarf 0,5–1,0 l **Sportgetränk BCAA** bis zu einer Stunde nach der sportlichen Belastung zur Verbesserung der Regeneration der Muskulatur.

**Kapselprodukte:** 2 **ENERGY+** Kapseln bis zu einer Stunde vor dem Training verbessern den Fettstoffwechsel.

**AMINO+** Kapseln (1 Kapsel/10 kg Körpergewicht) verbessern die Kraftentwicklung und den Aufbau der Muskulatur.

### Kraftsportler:

**Sportgetränke:** 0,5 – 1,0 l **Sportgetränk mit BCAA** bis zu einer Stunde vor und einer Stunde nach der sportlichen Belastung verbessert sowohl die Kraftentwicklung als auch die Regeneration der Muskulatur.

**Kapselprodukte:** **AMINO+** Kapseln (1 Kapsel/10 kg Körpergewicht) verbessern Kraftentwicklung und den Aufbau der Muskulatur.

Alternativ zu den **AMINO+** Kapseln ist auch die Einnahme von **BCAA 3:1:1** Kapseln möglich.

# PRODUKTÜBERSICHT

## NUTRITION FOR SPORTS



## MELASAN® SPORTGETRÄNK MIT MAGNESIUM

ist ein ausgezeichnet verträgliches isotonisches Mineralstoff-Vitamin-Getränk mit dem Plus an Magnesium. Als wohlschmeckender Durstlöcher für Alle genauso geeignet wie für Sportler vor, während und nach sportlicher Belastung...

- trägt zum Elektrolytgleichgewicht bei
- fördert eine normale Muskelfunktion
- unterstützt das Immunsystem bei intensiver körperlicher Betätigung
- frei von Fructose und Lactose

Erhältlich als:

**MAGNESIUM Zitrone Dose 730 g**

**MAGNESIUM Himbeere Zitrone Dose 730 g**

**MAGNESIUM Himbeere Zitrone Sticks 8 g**





**Daniela Schallauer**

*Sportbegeisterte Mutter*

## MELASAN® SPORTGETRÄNK MIT NUTRIOSE®

ist eine perfekt ausgewogene Kombination von Elektrolyten, Vitaminen und zeitlich versetzt verfügbaren Kohlenhydratquellen. Der natürliche Faserstoff NUTRIOSE® ist in der Lage, den Blutzuckerspiegel über einen längeren Zeitraum konstant zu halten. Dadurch kann auch die Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit länger konstant gehalten werden.

Getränke mit NUTRIOSE® unterstützen durch die positive Wirkung auf den Blutzucker Maßnahmen zur Reduzierung des Körpergewichts.

Für Kinder und Jugendliche geeignet. Kinder, die täglich 0,5 l Sportgetränk mit NUTRIOSE® trinken, zeigen eine bessere Konzentrations- und

Leistungsfähigkeit.

Erhältlich als:

**NUTRIOSE® Johannisbeere Dose 640 g**

**NUTRIOSE® Orange Dose 640 g**

**NUTRIOSE® Orange Sticks 10 g**



NUTRIOSE® ist ein eingetragenes Warenzeichen von Roquette Frères.

„  
Meine Familie steht für mich an erster Stelle. Wichtig ist uns, dass wir viel Zeit in der Natur verbringen. Egal welche Jahreszeit, sportliche Aktivitäten mit unseren Kindern gehören einfach dazu. Wandern, Schifahren, Radfahren...die Natur gehört einfach zu uns. Besonders mein Mann Christian findet seinen Ausgleich im Sport und versucht unseren Kindern eine sportliche, aktive und gesunde Lebenseinstellung beizubringen bzw. vorzuleben. Mit Melasan Sport finden wir eine tolle Unterstützung und weiteren sportlichen Aktivitäten steht nichts im Weg!

## MELASAN® SPORTGETRÄNK MIT BCAA

Das einzigartige isotonische Getränk mit 5 g gelösten BCAA pro Liter Fertiggetränk! Bringt rasche muskuläre Erholung nach Trainingseinheiten und Wettkämpfen.

MELASAN® Sportgetränk mit BCAA liefert neben dem nötigen Flüssigkeits- und Energieausgleich auch die rasch zur Verfügung stehenden BCAA (Branched-Chained Amino Acids = verzweigt-kettige essentielle Aminosäuren Leucin, Valin, Isoleucin) im Verhältnis 2:1:1.

Im Alltag wirkt sich BCAA Sportgetränk besonders positiv auf den vorzeitigen Muskelabbau aus.

- Enthält 5 g gelöste BCAA pro Liter
- Trägt zur rascheren Regeneration der Muskulatur bei
- Steigert die muskuläre Leistungsfähigkeit bei Training und Wettkampf
- Frei von Fructose und Lactose.



Erhältlich als: **BCAA Johannisbeere Dose 670 g**

**BCAA Johannisbeere Sticks 9 g**



## MELASAN® NUMALT 3500

Das schnell lösliche, geschmacksneutrale Pulver ist das Carboloadung mit lang andauernder Wirkung.

Intensive Ausdauerleistungen verlangen auf Grund des erhöhten Glykogenbedarfs eine zusätzliche Kohlenhydratquelle. Speisen und Getränke werden mit dem neutralen und hitzestabilen Instant Kohlenhydratpulver NUMALT 3500 zusätzlich angereichert.



MELASAN® NUMALT 3500 bewährt sich auch bei hohen Energiedefiziten und ermöglicht eine erhöhte Kalorienzufuhr.

**NUMALT 3500 Kohlenhydratpulver Dose 450 g**

## MELASAN® SALZCAPS mit dem Plus an Natrium

SALZCAPS gleicht durch die spezielle Rezeptur den Mineral- und Elektrolythaushalt wieder aus. Wirksam gegen drohende Muskelkrämpfe bei starkem Schweißverlust, speziell im Ausdauersport.



SALZCAPS enthalten einen hohen Anteil an sofort verfügbarem Natrium, Magnesium, Calcium, Kalium und Zink.

**SALZCAPS  
(100 Kapseln)**





## MELASAN® AMINO+ Kapseln

Enthalten alle acht essentiellen und drei semiessentiellen Aminosäuren. AMINO+ Kapseln fördern die Bildung der Muskulatur und verkürzen die Regenerationszeit nach starker körperlicher Belastung.

Der Aminosäurekomplex wirkt sich positiv auf die Leistungsbereitschaft und das Wohlbefinden auch bei älteren Menschen aus.

**AMINO+**  
**(76 Kapseln)**



## MELASAN® BCAA 3:1:1 Kapseln

MELASAN® BCAA Kapseln enthalten die drei Aminosäuren Leucin, Iso-leucin, und Valin im Verhältnis 3:1:1 und sind in der Erholungsphase wichtig, damit die muskuläre Superkompensation erzielt werden kann.

Der höhere Anteil an Leucin verbessert Reparaturprozesse in der Muskulatur.



**BCAA 3:1:1**  
**(75 Kapseln)**





## **Julia Hagenauer**

*Sport Studentin Innsbruck*



*Die Melasan Sportgetränke sind nicht nur schmackhaft, erfrischend und natürlich, sie beliefern den erschöpften Körper mit Energie und Kraft. So ist es mir möglich an meine Grenzen zu gehen, sei es beim Schifahren, Klettern oder Mountainbiken.*

## **MELASAN® FERROCAPS**

Eisen ist ein wesentlicher Faktor für den Sauerstofftransport im Blut, für den Energiestoffwechsel und somit für die Leistungsfähigkeit.

FERROCAPS von MELASAN® enthalten organisches Eisenbisglycinat mit höchster Verwertbarkeit und Verträglichkeit.

- Eisen trägt zur normalen Bildung von roten Blutkörperchen und Hämoglobin bei
- Eisen trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei
- Bei nachgewiesenem Eisenmangel nach ärztlicher Empfehlung anwenden



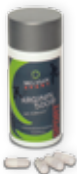
**FERROCAPS (90 Kapseln)**

## MELASAN® ARGININ 500+ ViNitrox™ Kapseln

ARGININ 500+ViNitrox™ fördert die Durchblutung und Sauerstoffversorgung bei starker körperlicher Belastung.

Studien mit ViNitrox™ an Athleten konnten eine Verbesserung der maximalen Leistungsfähigkeit bis zu 10 % bei gleichzeitiger verzögerter Ermüdung belegen.

ARGININ 500+ ViNitrox™ verbessert die Durchblutung in den Kapillaren.



### **ARGININ 500+ ViNitrox™ (76 Kapseln)**

ViNitrox™ ist ein eingetragenes Warenzeichen von Nexira.

## MELASAN® ENERGY+ Kapseln

ENERGY+ Kapseln enthalten die natürliche Wirkstoffkombination aus reinstem Carnitin (Carnipure™) 50 mg Coenzym Q10 und Taurin.

Die Wirkstoffe greifen aktiv in den Fettstoffwechsel ein und liefern durch die Fettverbrennung Energie.

ENERGY+ ist mit der speziellen Rezeptur mit einem moderaten Ausdauertraining die ideale Ergänzung zur Gewichtsreduktion.

- Die Inhaltsstoffe spielen eine wichtige Rolle bei der Bildung zellulärer Energie



### **ENERGY+ Carnipure™ (90 Kapseln)**

Carnipure™ ist ein eingetragenes Warenzeichen von Lonza.



~~Doping~~  
**100%**  
**FREE**

Empfohlen durch:

[www.melasan-sport.com](http://www.melasan-sport.com)