Argi+™ Art. 320
L-Arginine & Vitamin Complex

Die geschmacklich verbesserte Rezeptur dieses Produkts enthält auch weiterhin die semi-essenzielle Aminosäure L-Arginin plus sekundäre Pflanzenstoffe und wertvolle Vitamine. Sie gibt Ihrem Körper in kurzer Zeit die Power, die er benötigt. Argi+ verbessert die Regenerationsfähigkeit nach sportlicher Belastung und besitzt noch viele weitere positive Eigenschaften, die dieses Produkt vor allem bei aktiven Menschen und Sportlern einzigartig machen.

Freizeit-, Ausdauer- und Hochleistungssportler haben eins gemeinsam: Sie sind hohen Belastungen ausgesetzt. Damit der Körper in diesen Situationen nicht schlapp macht, benötigt er zusätzliche Unterstützung von aussen. Nährstoffe sorgen dafür, dass man sich leistungsfähiger fühlt und mehr Energie und Ausdauer hat.

Forever Living Products hat mit ARGI+™ L-Arginine & Vitamin Complex ein Produkt auf den Markt gebracht, das die semi-essenzielle Aminosäure L-Arginin in grosser Menge und idealer Kombination mit Trauben- und Beerenextrakten, Granatapfel sowie den wertvollen Vitaminen C, D, K, B6, B12 und Folsäure enthält.

Wichtig für Profisportler:
Argi+ wird auf der «Kölner Liste» geführt, welche bestätigt, dass dieses Nahrungsergänzungsmittel ein minimiertes Dopingrisiko aufweist. Mehr Informationen finden Sie auf www.koelnerliste.com.

Nährwertinformation:
Enthalten in einer Tagesration (4 g):

Energiewert	56 kJ (13,5 kcal)
Protein	2 g
Kohlenhydrate	1,2 g
Fett	0 g
L-Arginin	2 g
Vitamin C	32 mg
Vitamin D	2 µg
Vitamin K	8 µg
Vitamin B6	225 µg
Vitamin B12	1 µg
Folsäure	80 µg

Argi+™

Inhalt:
300 g (75 Portionen)
inkl. Dosierlöffel

Gebrauchsanweisung:
4 g Pulver (1 Kaffeelöffel) mit 2 dl Wasser oder Fruchtsaft mischen. Ein Dosierlöffel auf halber Höhe gefüllt entspricht einem Tagesbedarf von 100 %.

Inhaltsstoffe:
L-Arginin, Zitronensäure, Xylitol, Beerenaroma, Siliziumdioxid, Fruchtpulver (Granatapfel, Trauben), Beerenpulver (Himbeeren, Holunder, Brombeeren, Kirschen, Heidelbeeren, Johannisbeeren), Natriumhydrogenphosphat, Maltodextrin, Zuckerarten, Vitamine.

- Ideal für sportliche Menschen mit hoher Muskelbelastung, ab dem mittleren Alter und bei Stress
- Reich an L-Arginin (100 % des Tagesbedarfs), Polyphenolen aus Trauben- und Beerenextrakten und dem Granatapfel sowie zahlreichen Vitaminen (40 % des Tagesbedarfs)
- Perfekter Vitaminmix für Sportler: Vitamin C (Sauerstofftransport und Energiegewinnung), Vitamin K (Blutgerinnungsfähigkeit), Vitamin B12 und Folsäure (Blutbildung), Vitamin B6 (Eiweissstoffwechsel)

ARGI+ ist ein diätetisches Lebensmittel. Es ist ideal geeignet bei Sportlern mit erhöhter Muskelbelastung und sollte auch gezielt dafür eingesetzt werden. Aminosäuren sind wichtig für das Immunsystem, die Muskelzellen sowie das Bindegewebe. Bei Sportler besteht ein erhöhter Bedarf. ARGI+ gibt mehr Energie, fördert die Ausdauer und unterstützt die Abwehrkräfte.

ARGI+ verbessert subjektiv die Leistungskraft sowie die Erholung nach hartem Training.
ARGI+ verbessert den messbaren Lactat-Wert während der Belastung.

Viele Arginin-Produkte enthalten reines Arginin, welches jedoch vom Körper schlecht verwertet werden kann. Daher enthält ARGI+ zusätzlich verschiedene Vitamine, damit L-Arginin vom Körper besser und schneller aufgenommen wird.

L-Arginin-Quellen sind:

Erdnüsse	100 gr enthalten 3460 mg L-Arginin
Hühnerfleisch	100 gr enthalten 1360 mg L-Arginin
ARGI+	4 gr (Tagesdosis) enthalten 5‘000 mg L-Arginin (13,5 kcal)

Dosierung:

1 Löffel mit 2,5 bis 4 dl Wasser, unbedingt sehr gut und lang rühren.
Eine halbe bis ¾ Stunde vor dem Training oder der Belastung einnehmen oder morgens auf nüchternen Magen. Bei anfänglichen Problemen die ersten drei/vier Tage lediglich 1/3 der Pulvermenge einnehmen. So kann sich der Körper daran gewöhnen.

Der Unterschied nach der Einnahme von ARGI+ ist bei vielen bereits nach der ersten Einnahme spürbar. 90% merken eine wesentliche Verbesserung innerhalb von drei Tagen.

Studienergebnisse nach 10 Wochen Einnahme von ARGI+:

- Laktatwert: 15% Absenkung
- Regenerationswert: 20% schneller
- Schwellenwert: 5% Absenkung (aerob-anaerobe Schwelle)
- Puls: 5 Schläge / Minute weniger
- Phasenwinkel: 13% (Indikator für Verhältnis Körperfett zu Muskelmasse)

balance and more - Carmen Meyer - selbständiger Vertriebspartner Forever Living Products - Rebmattweg 14 - CH-5612 Villmergen
info@balanceandmore.ch - Online-Shop www.balanceandmore.ch/shop

Interessant zu wissen:

- ARGI+ steht auf der Kölner Liste (www.koelnerliste.com). Auf der Kölner Liste® sind Nahrungsergänzungsmittel aufgeführt, die auf Dopingsubstanzen getestet wurden.
- Sämtliche Inhaltsstoffe wurden ohne Pestizide oder Herbizide behandelt.
- Das Produkt trägt zudem das Label Peta, wurde somit ohne Tierversuche hergestellt.

Produktdaten:

Forever ARGI+ L-Arginin & Vitamin Complex
Artikel-Nr. 320
300 gr (75 Portionen à 4 gr)
CHF 89.40

Bezugsquelle:

balance and more
Carmen Meyer
selbständiger Vertriebspartner Forever Living Products
Rebmattweg 14
CH-5612 Villmergen

info@balanceandmore.ch
Online-Shop www.balanceandmore.ch/shop

Ergebnisse der beiden FOREVER ARGI+ Studien (Leistungsdiagnostik und Bio-Impedanzanalyse BIA) vom Mai 2012

Um die Leistungssteigerung im Sport nachzuweisen, wurde ARGI+ von den Spielern zweier Fussballvereine eingenommen. Die Ergebnisse sind sensationell. Ausgewiesene Fachleute begleiteten die Testreihen:

- Claus Schromm
  Sportexperte, Diplomfussballlehrer und Verbandstrainer des Bayerischen Fussballverbands, BFV Trainer
  Studien-Test mit SV Heimstetten

- Dr. Gunnar Pobel
  Unfallchirurg, Sportmediziner und Vereinsarzt bei Rot-Weiss Oberhausen
  Studien-Test mit Rot-Weiss Oberhausen

- Dr. med. Franz Wendlik
  Facharzt für Allgemeinmedizin, Naturheilverfahren, Sportmedizin, Akupunktur, Arztpraxis in München Süd, hat bereits einige Teststudien gemacht, Ausdauersportler

Claus Schromm hat bei einem Selbsttest auf dem Ergometer folgende persönliche Erfahrung gemacht:

Ohne ARGI+: 2 Stunden Ergometer mit einer Pulsfrequenz von 140
Mit ARGI+: Um an eine Pulsfrequenz von 140 zu gelangen, musst er deutlich ans Limit gehen.

Leistungsdiagnostik - ARGI+-Feldstufentest

Der ARGI+-Feldstufentest wurde über drei Monate bei der Mannschaft Heimstetten durchgeführt. Dieser diente zur Bestimmung der Leistungsfähigkeit im Ausdauerbereich.

Die Kenngrösse der Ausdauerfähigkeit ist die Leistung an der aeroben und anaeroben Schwelle. Die individuelle aerobe Schwelle kennzeichnet jenen Bereich des besten sauerstoffabhängigen Stoffwechsels. Die Lactatkonzentration liegt bei ca. 2 mmol/l, bei Hochleistungssportlern meist darunter, ca. 1,5 mmol/l. Die individuelle anaerobe Schwelle bezeichnet die Belastungsintensität, bei der Lactatbildung und -abbau gerade noch im Gleichgewicht stehen. Höhere Trainingsintensitäten haben einen starken Anstieg der Lactatwerte im Blut zur Folge.

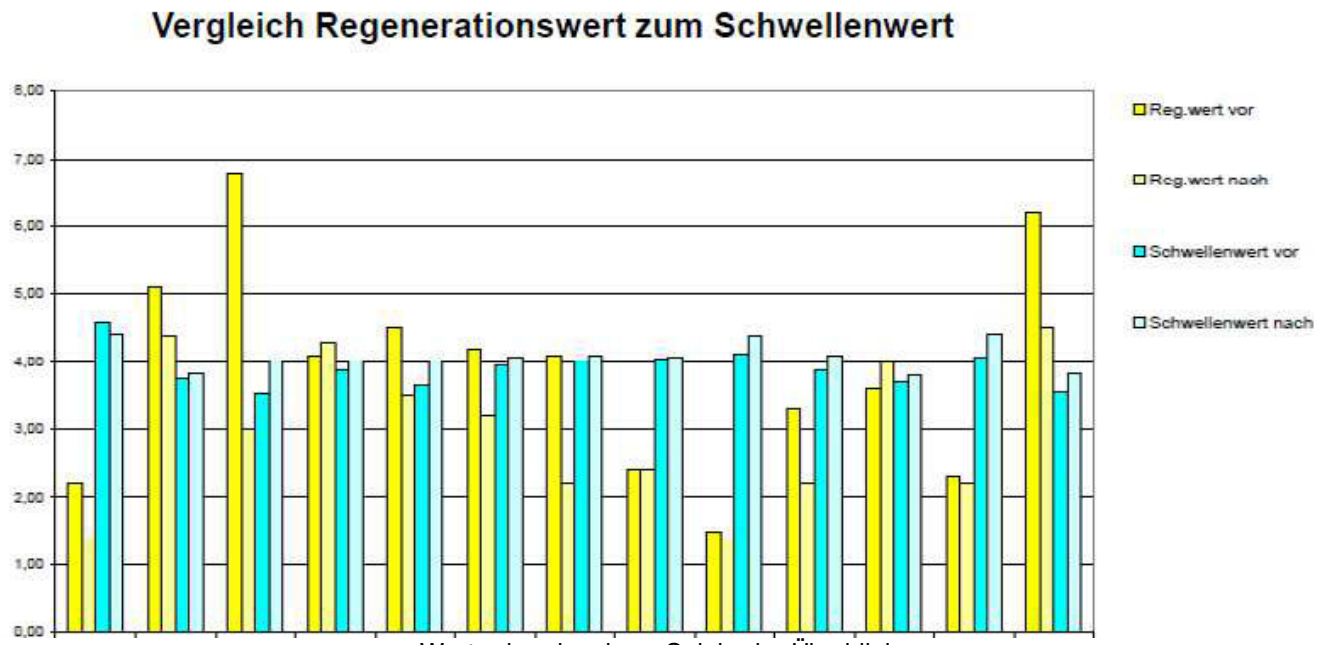
Die Messungen wurden folgendermassen vorgenommen:

Feldstufentest			
R	Ruhewert		
1	2,5 m/s 3 Runden	9,0 km/h	8:00 Minuten
2	3,0 m/s 3 Runden	10,8 km/h	6:40 Minuten
3	3,5 m/s 3 Runden	12,6 km/h	5:42 Minuten
4	4,0 m/s 3 Runden	14,4 km/h	5:00 Minuten
5	4,5 m/s 4 Runden	16,2 km/h	5:56 Minuten
	3,0 m/s 5 Runden	10,8 km/h	11:06 Minuten

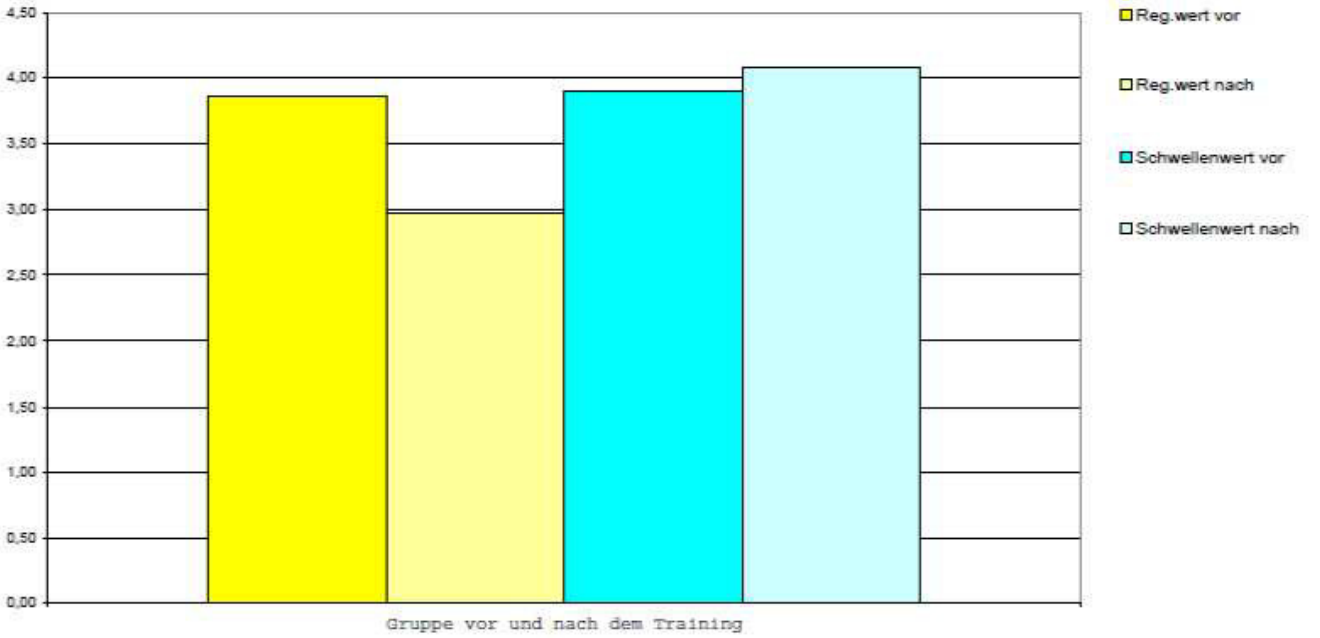
Nach drei Monaten waren die Spieler bei einer täglichen Einnahme von ARGI+ rund 0,3 Meter pro Sekunde (oder 1 km) schneller ohne dabei in den anaeroben Bereich zu gelangen.

Bei einem Blindversuch bei der Mannschaft wurde allen Spielern ARGI+ ins Getränk gegeben, ohne dass die Spieler vorgängig informiert wurden. Einige Spieler haben bereits nach der ersten Einnahme eine Verbesserung des Wohlbefindens resp. eine Leistungssteigerung bemerkt.

Frank Wendlik hat die Test-Ergebnisse der Mannschaft Heimstetten analysiert. Schwerpunkt waren die Werte: Laktat, Regeneration sowie Schwellenwert.



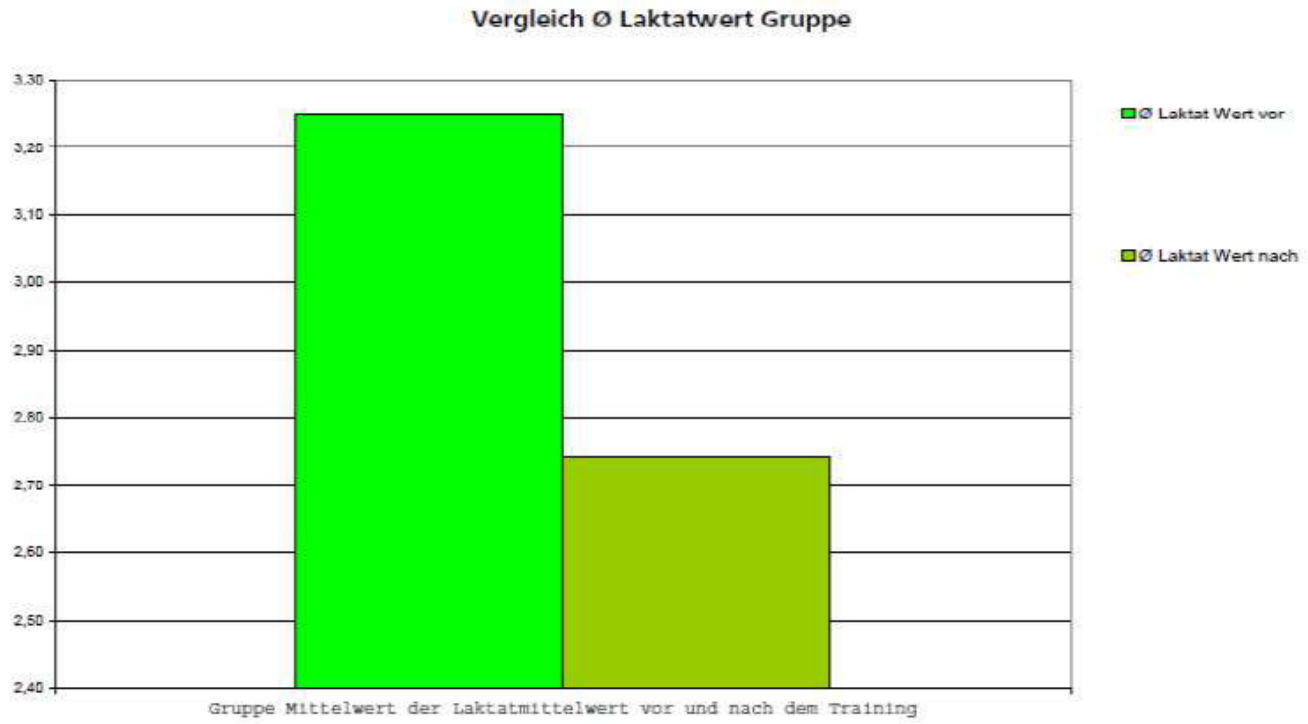
Werte der einzelnen Spieler im Überblick



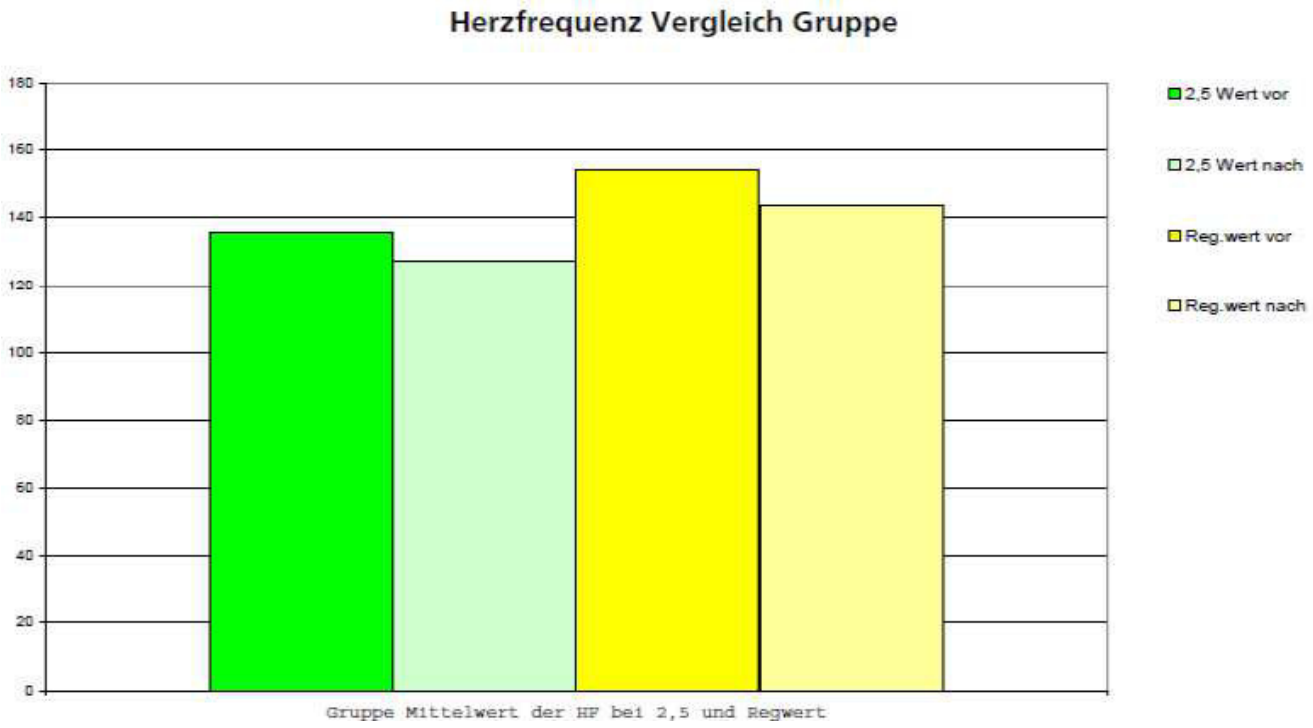
Durchschnittswerte über alle Spieler

Der Laktatwert ist im Durchschnitt um beinahe 0,8 mmol/l gesunken. Der Schwellenwert konnte im Gegenzug um 0,3 mmol/l gesteigert werden.

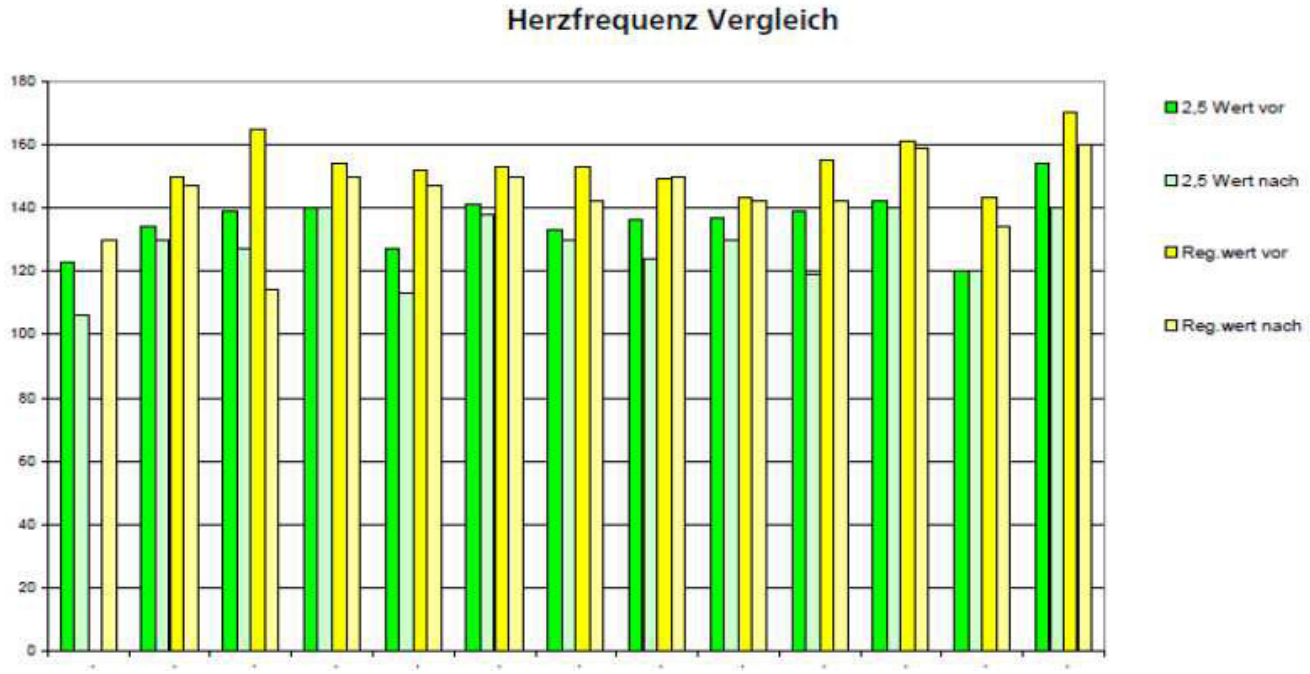
Der Laktatwert während und nach der Belastungsstufe von 2,5 bis 4,5 in der gesamten Gruppe hat ergeben, dass diese deutlich leistungsfähiger wurde:



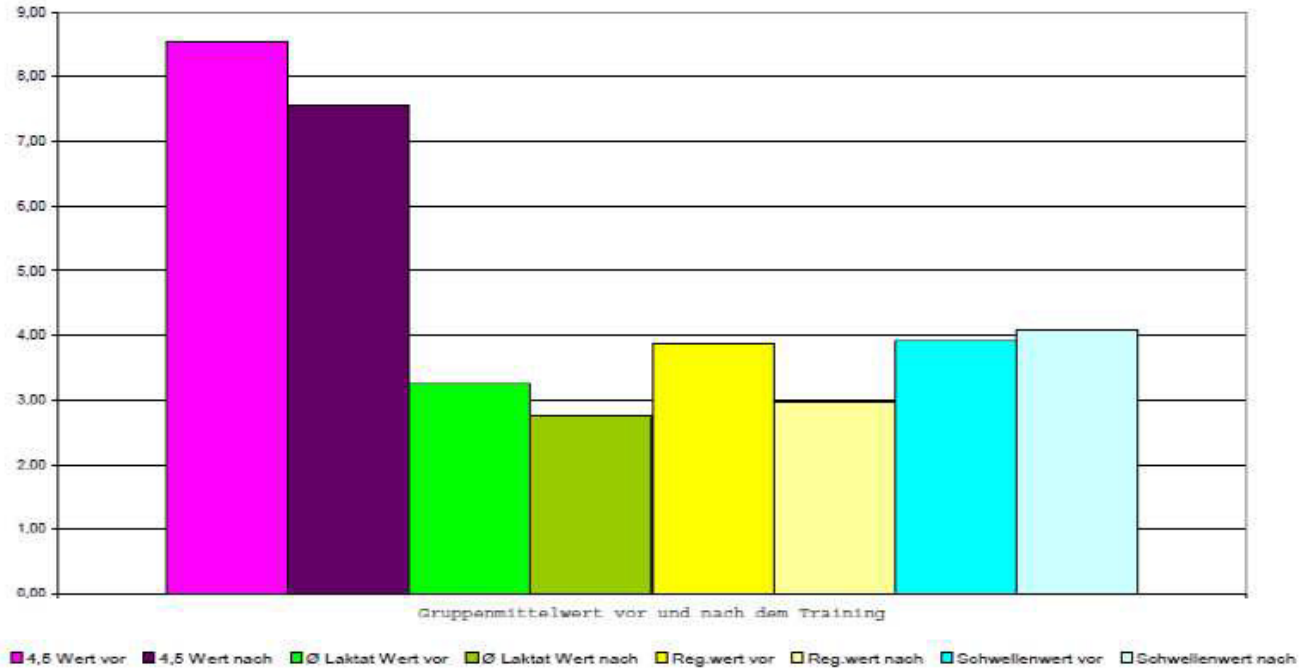
Nachfolgend wurde die Herzfrequenz bei einer niedrigen Belastung auf Stufe 2,5 gemessen. Die Ergebnisse zeigen den Durchschnitt der gesamten Mannschaft:



Die Übersicht über die einzelnen Spieler im Vergleich Puls und Laktatwert hat ergeben:



Die wichtigsten Kenngrössen der Mannschaft im Überblick:



In der Auswertung haben drei Sportler diese positiven Werte nicht erreicht. Nach Rücksprache mit dem Trainer konnten folgende Gründe festgestellt werden:

Einmal bedingt durch eine Verletzungspause. Dieser Spieler hat erst während der zweiten Testreihe mit dem Training gestartet. Ein anderer Spieler hat die Trainingseinheiten nicht planmässig umgesetzt. Der dritte Spieler mit schlechten Werten hat ARGI+ heimlich nicht genommen.

ARGI-Test durch Bioelektrische-Impedanzanalyse BIA:

Eine weitere Studie über ARGI+ wurde durch Dr. med. Gunnar Pobel ausgeführt über einen Zeitraum von zwei Monate. Die erste Testreihe wurde im November getätigt während der Hauptspielphase, die zweite im Januar nach der Winterpause, d.h. die Spieler befanden sich bereits wieder in der Aufbauphase.

Er hat die Bioelektrische-Impedanzanalyse (BIA) durchgeführt. Die BIA dient der Bestimmung der Körperzusammensetzung von Menschen und anderen Lebewesen. Die Teilwiderstände des Wechselstromwiderstandes sind R Resistanz und Xc Reaktanz. So misst die BIA mittels einer Messung gleich zwei Werte, die unterschiedliche biologische Eigenschaften aufzeigen:

R: der Wirkwiderstand R analysiert den Körperflüssigkeitsstatus
Xc: die Summe aller Membran-Kapazitäten Xc gibt den Hinweis auf die Quantität, die Körperzellmasse BCM und Qualität der Körperzellen.

Mit geringen Schwankungen besteht die fettfreie Masse (FFM) zu 74% aus Wasser. Somit kann ein direkter physiologischer Zusammenhang zwischen dem Widerstand und den leitfähigen Kompartimenten erfolgen. Fettgewebe gehört zu den Isolatoren, leitet also schlecht bzw. hat einen hohen Wirkwiderstand (R). Gesunde Zellsysteme erzeugen mit ihren intakten Zellmembranen einen hohen kapazitiven Widerstand Xc. Vom Phänomen weisen hohe Xc-Werte auf einen intakten energetischen Zustand der Zellen, also einen guten Ernährungszustand hin.

Mangelernährung und Krankheiten zeigen charakteristische Defizite, die sich typisch im Verhältnis beider Widerstände zueinander widerspiegeln. Diesen Wert nennt man Phasenwinkel. Je höher der Xc-Anteil am Gesamtwiderstand Z, desto grösser wird der Phasenwinkel. Gesunde, gut ernährte, sportive und gut muskulierte Menschen zeichnen sich durch einen grossen Phasenwinkel aus. Krankheiten, Fehl- und Mangelernährung, wie auch körperliche Inaktivität reduzieren den Phasenwinkel.

Die Messwerte zur Beurteilung der ECM zu BCM-Werte bei der Bio-Impedanzanalyse:

< 0,7	Leistungssportler o. Bodybuilder
0,7 – 0,89	Sehr gut
0,9 – 0,99	Gut
1,0 – 1,09	Befriedigend
1,1 – 1,19	Ausreichend
1,2 – 1,29	Mangelhaft
1,3 – 1,39	Ungenügend
➢= 1,4	Meist Zeichen von Wassereinlagerungen im Extrazellularraum oder auf schwere katabole Prozesse der Körperzellmasse

Der obige Index gibt Auskunft wie gut ein Mensch in seinem Training-, resp. Ernährungszustand ist. Ein guter Wert entspricht straffen, schlanken Muskeln, wenig Körperfett; ein schlechter Wert deutet auf schlaffe Muskeln und viel Körperfett hin.

BIO-IMPEDANZANALYSE

Verbesserung der Argi-Nutzer (12 Personen)	0,64	auf	0,60
	6,25 %		
	(10 besser; 2 schlechter)		
Verschlechterung der Nicht-Nutzer (2 Personen)	0,65	auf	0,705
	8,46 %		
	(2 schlechter)		

Die Werte konnten mit ARGI+ trotz Winterpause verbessert werden. Bei denjenigen zwei Spielern, die ARGI+ nicht eingenommen haben, wurden deutlich schlechtere Werte gemessen.

Der Index zur Beurteilung des Ernährungs- und Trainingszustand:

Frauen	Männer	Beurteilung
➢7,5	> 7,9	Leistungssportler
➢6,5 – 7,5	7,0 – 7,9	Sehr gut
➢6,0 – 6,4	6,5 – 6,9	Gut
➢5,5 – 5,9	6,0 – 6,4	Befriedigend
➢5,0 – 5,4	5,5 – 5,9	Ausreichend
➢4,0 – 4,9	4,5 – 5,4	Mangelhaft
➢< 4,0	< 4,5	Ungenügend
➢< 2,0	< 2,5	Katabole Stoffwechsellage (Abbau von Körperzellmasse)

Verbesserung der Argi-Nutzer (12 Personen)	8,26	auf	9,40
	13,80 %		
	(10 besser; 2 schlechter)		
Verschlechterung der Nicht-Nutzer (2 Personen)	8,10	auf	7,85
	3,09 %		
	(2 schlechter)		

Auch bei dieser Messung konnten die Werte nach der Einnahme von ARGI+ deutlich gesteigert werden.
Die durchschnittliche Verbesserung lag bei 13,8 %.