Adresse:
Talstr. 7
01099 Dresden

Kontakt:
Telefon: 015773998502
E-Mail: pdf@energyvital.de

Rechtliches:
Amtsgericht Dresden
USt-ID-Nr.: DE352285297

Übersicht

Magnesium Sport 100 mg, 120 Tabletten

Produktnummer: VS4348



Preis

Anzahl	Stückpreis	Grundpreis
Bis 1	32,90 €	156,67 € / 1 Kilogramm
Bis 4	31,30 €	149,05 € / 1 Kilogramm
Ab 5	29,60 €	140,95 € / 1 Kilogramm

Preise inkl. MwSt. zzgl. Versandkosten

Beschreibung

Magnesium Sport ist das Nahrungsergänzungsmittel mit Magnesium für (Spitzen-)Sportler

Jeder, der ernsthaft Sport treibt, sollte sich darüber im Klaren sein, was er oder sie konsumiert. Welche Zutaten sind im Gericht enthalten, wie sehen die Nährwerte aus und wie ist die Zusammensetzung sowie Qualität der verwendeten Nahrungsergänzungsmittel? Es ist mindestens so wichtig, sich darüber im Klaren zu sein, was man nicht konsumiert. Sie möchten keine unerwünschten Substanzen konsumieren und nichts mit Doping in Verbindung

stehen. Aus diesem Grund erfolgt eine Kontrolle der Vitals-Produkte auf Verunreinigungen, und jede Charge des Magnesium Sport 100 mg wird auf dopingrelevante Substanzen getestet. Dies geschieht gemäß dem NZVT-System.

Die Zusammensetzung von Magnesium Sport ist identisch mit der von Magnesium(bisglycinat) 100 mg, dem meistverkauften Magnesiumprodukt von Vitals. Nur der Name und die Dopingprüfung jeder Charge von Magnesium Sport gemäß dem NZVT-System mit anschließender Zertifizierung variieren.

Pro Tablette von Magnesium Sport sind bis zu 100 mg des leicht resorbierbaren Magnesiumbisglycinats (eine magnesiumhaltige Form, die an Aminosäuren gebunden ist) enthalten, ergänzt durch 200 mg Taurin. Bei einem Magnesiumnahrungsergänzungsmittel ist die Wahl der richtigen Verbindungsform entscheidend. Diese beschreibt, in welcher Form das Magnesium in der Tablette oder Kapsel enthalten ist (z. B. Bisglycinat oder Citrat). Informieren Sie sich weiter unten über die Unterschiede in der Qualität von Magnesiumprodukten, um zu erfahren, wie Sie eine gute Entscheidung treffen können.

Geeignet für Leistungssportler, getestet auf Doping

Jede Charge von Magnesium Sport wird im Einklang mit dem niederländischen Sicherheitssystem für Nahrungsergänzungsmittel im Spitzensport ("Nederlands Zekerheidssysteem Voedingssupplementen Topsport", kurz NZVT) auf Doping überprüft. Das NZVT-System, ähnlich wie bekannte Initiativen in Deutschland wie die Kölner Liste®, richtet sich speziell an (Spitzen-)Sportler, die auf Doping getestet werden können, und bietet mindestens ebenso viel Sicherheit. Das System basiert auf einer Kooperation zwischen der niederländischen Anti-Doping-Agentur, dem niederländischen Olympischen Komitee und Sportverband sowie dem niederländischen Verband für Nahrungsergänzungsmittel. Weitere Details finden Sie unter www.dopingautoriteit.nl/nzvt. Haben Sie Interesse an einem Vitals-Produkt, das nicht in jeder Charge getestet wird? Warten Sie nicht, um sich mit uns in Verbindung zu setzen. Unsere Kontaktdaten sind auf der Kontaktseite zu finden.

Weshalb ist Magnesium für Sportler vorteilhaft?

Im Körper sind ungefähr 21 bis 28 Gramm Magnesium enthalten. Weniger als 1 % zirkuliert im Blut, etwa 20 % ist in den Muskeln, 20 % in anderen Weichteilen und der Leber, und rund 60 % ist in den Knochen und Zähnen gespeichert. Magnesium ist also vorteilhaft für die Muskulatur und essenziell, um kräftige Zähne und Knochen zu bewahren. Zudem ist es an über 300 enzymatischen Vorgängen beteiligt. Magnesium spielt eine wichtige Rolle als Cofaktor für Enzyme, die an der Proteinsynthese beteiligt sind (dem Prozess, bei dem auf Grundlage der DNA Proteine hergestellt werden). Außerdem ist es ein Cofaktor für zahlreiche Enzyme, die an der Beibehaltung eines elektrischen Potentials über der Zellmembran beteiligt sind, weshalb es hilft, ein gutes Elektrolytgleichgewicht zu bewahren. (Zellen, vor allem Nerven- und Muskelzellen, verwenden die elektrische Ladung von Elektrolyten, um elektrische Impulse zu anderen Zellen zu übertragen und von ihnen zu empfangen, wie etwa Nervenimpulse oder Muskelkontraktionen.) Magnesium spielt eine Rolle bei der Nervenleitung und Muskelkontraktion, was es für die Muskelfunktion – einschließlich der des Herzmuskels – wichtig macht. Eine ungenügende Zufuhr von Magnesium kann außerdem zu Ermüdung führen. In diesem Fall kann Magnesium helfen, wieder in Form zu kommen. Es trägt zur Freisetzung von Energie aus Fetten, Kohlenhydraten und Proteinen bei und unterstützt damit das Energieniveau. Auch für die Gehirn- und Nervenfunktionen ist es von Bedeutung, welche Aspekte Konzentration, Gedächtnis und Gemüt betreffen. Es unterstützt zudem die normale Zellteilung sowie die Bildung von Zellen und Gewebe.

Taurin

Darüber hinaus sind in diesem Produkt 200 mg Taurin enthalten. Es handelt sich um einen Stoff, der Aminosäuren ähnelt und vor allem in Fleisch, Fisch und Meeresfrüchten vorkommt. Es hat einen direkten synergistischen Effekt mit Magnesium, indem es die Zellaufnahme dieses Minerals stimuliert (Magnesium wirkt hauptsächlich intrazellulär).

Adresse:
Talstr. 7
01099 Dresden

Kontakt:
Telefon: 015773998502
E-Mail: pdf@energyvital.de

Rechtliches:
Amtsgericht Dresden
USt-ID-Nr.: DE352285297

Absorption gebräuchlicher Mineralstoffverbindungen

In Nahrungsergänzungsmitteln kommen verschiedene Magnesiumverbindungen zum Einsatz. Einige davon, wie die anorganischen Mineralverbindungen (vgl. Abbildung 1) Die Bioverfügbarkeit von Magnesiumoxid und Magnesiumcarbonat ist gering, und sie werden nur schlecht aufgenommen. Mineralien (außer in chelatierter Aminosäureform) gelangen in die saure Umgebung des Magens, beginnt der Verdauungsprozess mit der Trennung der Mineralkomponente von ihrer chemischen Struktur. Natürlich wird das Mineralelement, während es den Verdauungsprozess durchläuft, elektrisch aufgeladen. Diese Ladung zieht andere geladene Teilchen an, wie sie in Gemüse, Fasern und Fetten vorkommen. Diese Nahrungspartikel sorgen dafür, dass die Mineral-Ionen isoliert werden und somit eine weniger effektive Aufnahme und Verwertung durch den Körper erfolgt (siehe Abbildung 2). Die nun zur Verfügung stehenden freien Mineral-Ionen sind in begrenzter Anzahl vorhanden und setzen sich im Verdauungstrakt fort, wo sie mit anderen Mineralien (wie Calcium) um die Aufnahme durch die Darmwand und in die Zellen konkurrieren.

Molekulare Struktur von mineralischen aminosäurechelatierten Substanzen.

Während die Chelatstruktur in einem Aminosäurechelat wie Magnesiumbisglycinat dem Einfluss von Magensaft oder Verdauungsenzymen standhält (im Gegensatz zu anderen Mineralverbindungen), ist sie dennoch schwach genug, um das Mineralelement nach dessen Zellaufnahme im Darm freizusetzen. Die Aminosäuren wickeln sich um das mineralische Element, schützen es während der Verdauung und halten es fest. Das Chelat weist zusätzlich eine neutrale elektrische Ladung auf, wodurch es nicht an Nahrungsstücken im Magen und Darm haftet. So gelangt das Aminosäurechelat vollständig in den Dünndarm, wo es als Dipeptid (eine Verbindung aus zwei Aminosäuren) aufgenommen wird. Dies bringt enorme Vorteile mit sich, da der Körper Aminosäuren (insbesondere Dipeptide) sehr leicht aufnehmen kann – vor allem, wenn sie aus der kleinsten Aminosäure, Glycin, bestehen. Aminosäurechelatierte Mineralien sind wesentlich besser resorbierbar als andere Mineralformen. Das aminosäurechelatierte Mineral wird im Epithelgewebe des Jejunums (mittlerer Teil des Dünndarms) aktiv in die Schleimzellen transportiert, ohne mit anderen Mineralien zu konkurrieren. Nur in den Schleimzellen bewirken Stoffwechselvorgänge eine Aufspaltung des Glycins und des Mineralstoffs, sodass diese den verschiedenen Organen und Körpersystemen zur Verfügung stehen.

Aminosäurechelate von Albion

Minerals Vitals setzt ausschließlich auf authentische Aminosäurechelate von Albion Minerals, dem Fachmann für Aminosäurechelate, gekennzeichnet mit der Marke TRAACS®, was für „The Real Amino Acid Chelate System“ steht. Diese Marke wurde ins Leben gerufen, um sich von anderen, möglicherweise minderwertigen und instabilen Aminosäurechelaten abzugrenzen. Über 100 weltweit geltende Patente sichert Albion den Prozess, die Wissenschaft und die Struktur hinter seinen aminosäure-chelatierten Mineralien. Außerdem erfolgt eine Untersuchung ihrer Mineralien und es wird bei jeder produzierten Charge eine Qualitätsprüfung vorgenommen. Es ist unbedingt erforderlich zu überprüfen, ob die Chelatbildung tatsächlich erfolgt ist und ob die Bindungen ausreichend stark sind.

Studien zu Magnesiumbisglycinat**

Mehrere Studien wurden durchgeführt, um die Wirksamkeit von Magnesiumbisglycinat zu bestätigen. Einige dieser Studien verglichen die Resorption von Magnesiumbisglycinat mit verschiedenen Magnesiumverbindungen wie Magnesiumcarbonat, Magnesiumsulfat und Magnesiumoxid. Magnesiumbisglycinat wurde signifikant schneller und besser resorbiert als die anderen Magnesiumformen. Magnesiumoxid schnitt mit Abstand am schlechtesten ab.

Nutritive Eigenschaften

- Magnesium trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Erschöpfung bei.
- Magnesium unterstützt normale Knochen, Zähne und Muskeln und unterstützt die normale Eiweißsynthese.

Adresse:
Talstr. 7
01099 Dresden

Kontakt:
Telefon: 015773998502
E-Mail: pdf@energyvital.de

Rechtliches:
Amtsgericht Dresden
USt-ID-Nr.: DE352285297

- Magnesium unterstützt die normale psychische Funktion und die normale Funktion des Nervensystems.
- Magnesium unterstützt die Zellteilung, den normalen Energiestoffwechsel und das normale Elektrolytegleichgewicht.

Nährwertdeklaration

Mikronährstoffe	pro Tagesportion 2 Tabletten
Magnesium	200 mg (54 %*)

*Referenzwert nach Verordnung (EU) Nr. 1169/2011

Wertgebende Inhaltsstoffe

Wertgebende Stoffe*	pro Tagesportion 2 Tabletten
Taurin	400 mg

* Keine Referenzmenge lt. LMIV vorgegeben

Zutaten

Magnesiumbisglycinat, Füllstoff (mikrokristalline Cellulose [Cellulosegel]), Taurin, Rapsöl (Brassica napus), Verdickungsmittel (Hydroxypropylcellulose), Trennmittel (Siliciumdioxid, Magnesiumsalze von Speisefettsäuren), Überzugsmittel (Hydroxypropylmethylcellulose, Glycerol, Hydroxypropylcellulose).

Verzehrempfehlung

1- bis 2-mal pro Tag 1 Tablette mit Wasser auf nüchternen Magen (mindestens eine halbe Stunde vor oder zwei Stunden nach dem Essen) einnehmen.

Lagerungshinweise

Kühl, trocken, lichtgeschützt lagern (nicht im Kühlschrank).

Gesetzliche Hinweise

Die empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern.

**Timeline (Bioavailability) of Magnesium Compounds in Hours: Which Magnesium Compound Works Best? – PubMed (nih.gov)

Adresse:
Talstr. 7
01099 Dresden

Kontakt:
Telefon: 015773998502
E-Mail: pdf@energyvital.de

Rechtliches:
Amtsgericht Dresden
USt-ID-Nr.: DE352285297

Produktinformationen

Anwendung:	Entspannung, Gehirn, Herz & Gefäße, Sport
Darreichung:	Als Tablette.
Mikronährstoffe:	Magnesium
Qualität:	Glutenfrei, Laktosefrei, Magnesiumstearatfrei, Vegan
Produktart:	Nahrungsergänzungsmittel

Erstellt am 08.11.2026. Dieses Dokument stellt kein Angebot da. Es gelten die aktuellen Preise im Online-Shop.
Alle Preise inkl. gesetzl. Mehrwertsteuer zzgl. Versandkosten und ggf. Nachnahmegebühren, wenn nicht anders angegeben.