# Doppelherz® aktiv Magnesium 2-Phasen DEPOT 500

**Magnesium unterstützt die normale Muskelfunktion, den Energiestoffwechsel und den Knochenerhalt**

**Zur Nahrungsergänzung**
**Bei erhöhtem Bedarf**

lactose- & glutenfrei

**Doppelherz Magnesium 500 2-Phasen – bei erhöhtem Magnesiumbedarf**
Erhöhte körperliche Belastungen in Beruf und Sport beanspruchen Muskeln und Nerven. Hierdurch kann ein erhöhter Bedarf an Magnesium entstehen.

**Die Magnesium 500 2-Phasen Tabletten von Doppelherz enthalten 200 mg Magnesium aus der Sofort-Phase und 300 mg Magnesium aus der Depot-Phase.**

**Magnesium** ist ein lebensnotwendiger Mineralstoff, den der Körper nicht selbst bilden kann. Eine Speicherung ist nur in begrenztem Umfang möglich. Magnesium leistet einen Beitrag zum normalen Energiestoffwechsel und zur normalen Funktion von Muskeln und Nervensystem.

**Was bietet das 2-Phasen-System?**
Das 2-Phasen-System von Doppelherz besteht aufgrund eines speziell entwickelten Herstellungsverfahrens aus zwei unterschiedlichen Tablettenschichten. Es arbeitet nach dem Prinzip der „schnellen Nährstofffreigabe“ und „Langzeit-Nährstofffreigabe“.

2-Phasen

**Das Prinzip von Sofort-Phase 1 und Depot-Phase 2**
In der 2. Phase als „Depot-Phase“ wird das enthaltene Magnesium über viele Stunden nach und nach freigegeben und dem Körper so anhaltend durch kleinere „Portionen“, über den Tag verteilt, zur Verfügung gestellt. Dagegen wird Magnesium in der Phase 1 zügiger freigegeben. Es steht dem Körper so schneller zur Verfügung.

**Verzehrsempfehlung:**
Täglich ½ – 1 Tablette zu einer Mahlzeit mit ausreichend Flüssigkeit unzerkaut einnehmen. Bei erhöhtem Magnesiumbedarf z. B. aufgrund starker körperlicher Belastung in Verbindung mit einer magnesiumarmen Ernährung, 1 Tablette täglich einnehmen. Liegt lediglich eine unausgewogene Ernährung vor, ½ Tablette einnehmen.

| Zusammensetzung | pro ½ Tablette | % NRV* | pro 1 Tablette | % NRV* |
|---|---|---|---|---|
| Magnesium | 250 mg | 66,5 % | 500 mg | 133 % |

* Nährstoffbezugswerte gemäß EU-Verordnung 1169/2011

**Hinweise:**
Mengen über 250 mg Magnesium können bei empfindlichen Personen abführend wirken.

Für Kinder und Jugendliche, Schwangere und Stillende sowie Personen mit eingeschränkter Nierenfunktion nicht geeignet.

Queisser PHARMA
GmbH & Co. KG
Schleswiger Str. 74
24941 Flensburg