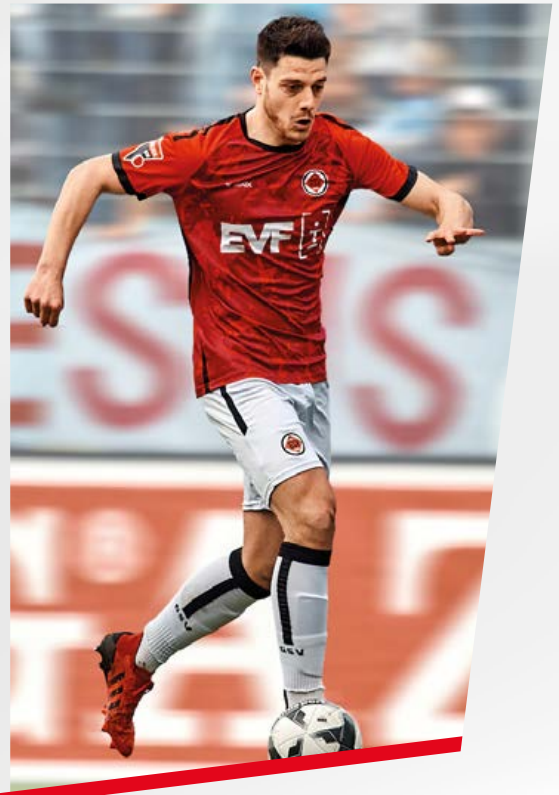


SPORTERNÄHRUNG KÖRPERPFLEGE

KATALOG
2023-2024



Sanct Bernhard
Sport



Lieber Sportfreund!

Die Ernährung und Körperpflege sind wichtige Bestandteile bei körperlicher Aktivität. Es ist uns deshalb ein besonderes Bedürfnis, dich mit erstklassigen Produkten und fundierten Informationen zu unterstützen.

Mit der gut verträglichen und eigenständigen Sanct-Bernhard-Sport-Serie ist das Kräuterhaus Sanct Bernhard eine feste Größe im Sport. Von unserem hohen Qualitätsstandard und Erfahrungsschatz profitieren Freizeitsportler gleichermaßen wie zahlreiche Profisportler.

Hoch geschätzt sind auch unsere praktisch leicht umsetzbaren und disziplinspezifischen Verzehrempfehlungen. Wir haben sie für dich in diesem Katalog grafisch veranschaulicht, sodass du deinen Körper sinnvoll und zielgerichtet versorgen kannst.

Übrigens: Das Kräuterhaus Sanct Bernhard setzt als Direktvertreiber auch beim Versand sportliche Maßstäbe. Im hochmodernen Logistikzentrum wird stets für reibungslose Abläufe gesorgt, sodass du deine Bestellung schnellstmöglich in den Händen hältst.

Wir wünschen dir viel Spaß beim Stöbern in diesem Katalog und auf dem Weg zu deinem persönlichen Ziel mit Sanct Bernhard Sport alles Gute!



Dieter Groda
Vertriebsleiter Sanct Bernhard Sport

Kennst du schon unsere Neuheiten?
Diese findest du auf Seite 36, 41

Davon profitierst du

Erfahrung

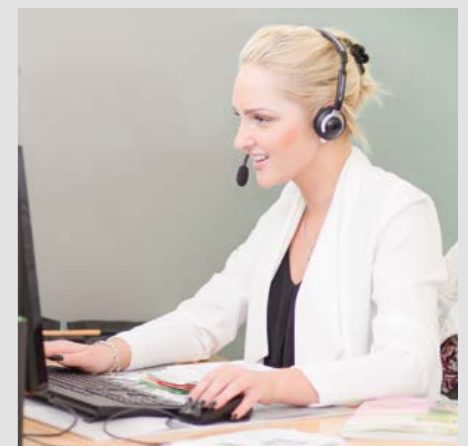
Seit 1903 steht der Name Kräuterhaus Sanct Bernhard für die Entwicklung und Herstellung von Naturheilmitteln und Kosmetik aus einer Hand. Zwischenzeitlich arbeiten über 450 qualifizierte Beschäftigte jeden Tag für das Wohl unserer Kundschaft. Die sportaffinen Mitarbeiter und ausgebildeten Ernährungswissenschaftler unserer Sanct-Bernhard-Sport-Abteilung kooperieren eng mit renommierten Sportinstitutionen und bringen in jedes Produkt ihre jahrelange Erfahrung aus der Praxis ein. Damit haben neuste wissenschaftliche Erkenntnisse und die hohen Ansprüche der Sportler stets oberste Priorität.

Kundenfreundlichkeit

Im Kräuterhaus Sanct Bernhard stehst du als Kunde im Mittelpunkt. Damit du dein passendes Produkt in unserem Sortiment findest, haben wir in diesem Katalog abgestimmte Anwendungstipps und Produkte für unterschiedliche Sportarten zusammengestellt. Deine Bestellung kannst du online rund um die Uhr aufgeben. Ebenso steht dir dafür unser Call-Center-Team mit über 60 Mitarbeitern zur Verfügung. Nicht zuletzt ist unser geschultes Personal auf Messen im Rahmen von großen Sportevents persönlich für dich da.

Qualität

Sorgfältig ausgewählt und einer strengen Qualitätssicherung unterzogen werden in unserer Produktion nur Inhaltsstoffe erster Güte verwendet. Nach der Fertigstellung in den hochmodernen Anlagen wird jede Charge in unserem Labor geprüft. Außerdem gewährleisten dir regelmäßige Kontrollen durch ein unabhängiges, akkreditiertes Prüf-Labor die bestmögliche Sicherheit. Die Vielzahl an Auszeichnungen durch Fachmagazine bestätigen unsere außergewöhnliche Qualität.



Heft 05/2008 Heft 06/2010 Heft 07/2010 Heft 06/2012 Heft 08/2014 Heft 01/2018 Heft 06/2018 Heft 08/2018 Heft 03/2021



Qualität aus Überzeugung

Jahrelange Erfahrung und umfassende Kompetenz.

Günstige Preise

Durch eigene Entwicklung, Herstellung und Direktversand.

Bestellen ganz einfach

Telefon 07334 / 96 540 (Mo - Fr 7-19 Uhr)
Telefax 07334 / 96 54 44
www.sanct-bernhard-sport.de

Beste Beratung

Freundlich und kompetent. Auch vor Ort bei vielen Sportveranstaltungen.

Kostenlose Lieferung

In Deutschland ab € 40,- Bestellwert.

Bezahlen nach Erhalt

Bonität vorausgesetzt, einfach per Überweisung oder bequem durch Bankeinzug.



Protein-Riegel 32%

Leckerer Protein-Snack – mit 32 % Protein!
Dieser Protein-Riegel besteht mit hochwertigen, veganen Zutaten und einem angenehmen Cappuccino-Geschmack. Darüber hinaus sorgen die knusprigen Protein-Crispies kombiniert mit feinem Kakao für einen unverwechselbaren Genuss. Ein praktischer Snack nach dem Sport und ebenso ideal für zwischendurch. Vegan
☑ Laktosefrei.

Geschmack: Cappuccino

Best.-Nr. 2584 40-g-Riegel (1 kg / € 45,71) € 1,60
Best.-Nr. 2585 11er-Pack (1 kg / € 41,56) € 16,-
Best.-Nr. 2586 20er-Box (1 kg / € 40,71) € 28,50

Inhaltsverzeichnis

Wissenswertes 6 – 7

Sportart 8 – 33



Sporternährung

- ▶ Aktivität 34 – 35
- ▶ Riegel 36
- ▶ Regeneration 37
- ▶ Proteine 38
- ▶ Nahrungsergänzung 39 – 42

Schutz und Pflege 43 – 46

Zubehör 47

Unter Profiatleten 48 - 49

Versandkosten und AGB 50



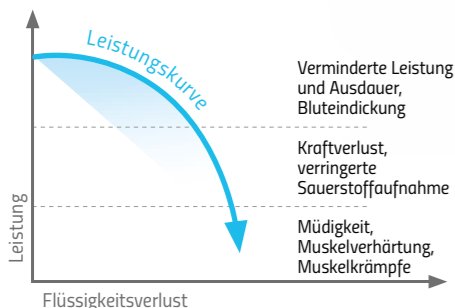
Newsletter anfordern!

- + aktuelle Monatsangebote
- + Infos über Neuheiten
- + wichtige Expertentipps

www.sanct-bernhard-sport.de

Aktivität – diese Nährstoffe entscheiden

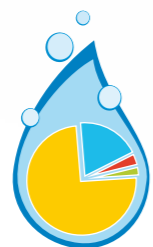
Flüssigkeit bewahrt vor Leistungseinbruch



Ein Wasserverlust von 2% des Körpergewichts (1-2 l) vermindert die Leistungsfähigkeit um bis zu 20%.

Der Schweißverlust steigt bei extremen Bedingungen auf über 2 l pro Stunde an. Mit einem zunehmenden Wassermangel kommt es zur Bluteindickung und verringerter Sauerstoffaufnahme. Weiterhin können Krämpfe, Muskelverhärtungen, Schwindel sowie Konzentrationsprobleme auftreten.

Natrium entscheidet bei Krämpfen

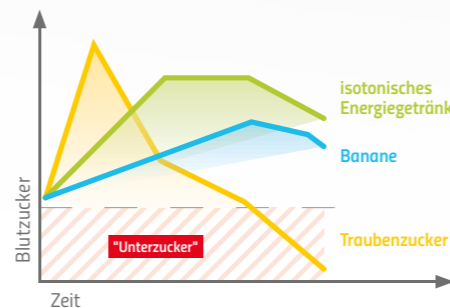


Elektrolytgehalt im Schweiß

Natrium	ca. 74%
Kalium	ca. 21%
Calcium	ca. 3%
Magnesium	ca. 2%

Mit dem Schweiß gehen Mineralstoffe verloren, vor allem Natrium. Ein ausgeprägter Natriummangel kann zu Krämpfen führen. Entgegen der weitverbreiteten Meinung ist daher während der Aktivität nicht die Magnesiumzufuhr, sondern vielmehr ein ausgeglichener Natriumhaushalt von Bedeutung.

Kohlenhydrate der Treibstoff für die Muskeln



Bei hoher Belastung sind Kohlenhydrate der wichtige Energielieferant für die Muskulatur und elementar für die Konzentrationsfähigkeit. Die Speicher in Muskulatur und Leber sind begrenzt; deshalb ist eine abgestimmte Kohlenhydratversorgung mit gestaffelter Energiefreisetzung die Basis für den Erfolg. Dafür eignen sich speziell konzipierte Energiegetränke, Riegel oder trinkbare Gels.

Regeneration – was du wissen musst

Ziele der Regenerationsernährung

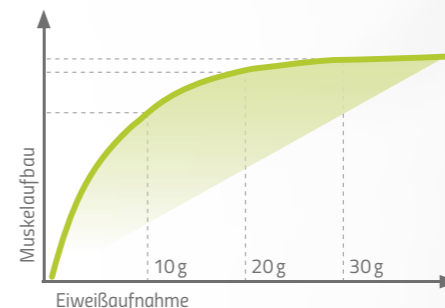


Darauf kommt es bei einer optimalen Regenerationsernährung an:

- Regenerationszeit verkürzen
- Flüssigkeit und Nährstoffe ausgleichen
- Muskelregeneration unterstützen
- Immunsystem stabilisieren

Damit wird der Körper wieder in Balance gebracht!

Nährstoffe wiederauffüllen



Das sollte nach jeder Belastung "aufgetankt" werden:

- Wasser
- Kohlenhydrate
- Vitamine
- Mineralstoffe

Nach hoher Belastung zählt zusätzlich Eiweiß. Damit werden die Muskelregeneration und der Muskelaufbau unterstützt. Eine Menge von 20-30 g Eiweiß hat sich dafür als optimal erwiesen.

Timing entscheidet



Innerhalb von 30 Minuten nach der Belastung können die notwendigen Nährstoffe besonders gut aufgenommen werden. Daher sollte möglichst schnell zu einem passenden Regenerationsprodukt gegriffen werden.

Praxis-Tipp:

Achte bei jeder Belastung auf die richtigen Inhaltsstoffe!



Mineral Pur Drink

Bei niedriger Belastung

Isoton Energiedrink

Bei hoher Belastung

Praxis-Tipp:

Stelle die notwendigen Nährstoffe sofort nach der Belastung bereit!



Regeneration Mineraldrink-Premium

Nach niedriger Belastung

Proteindrink Regenerationsturbo

Nach hoher Belastung

Proteindrink XXL 92

Für den muskulären Aufbau



Mit deiner Wettkampfversorgung sicher ins Ziel

Wochenlange Vorbereitungen stecken in dir. Dein Highlight des Jahres rückt immer näher und schon bald läufst du deinen Marathon. Damit es an deinem "Großen Tag" zum Erfolg kommt, geben wir dir hier wichtige Tipps auf den Weg.

Bereits vor dem Wettkampf muss auf die richtige Ernährung geachtet werden. Nachts kommt es über die Atmung, den Schweiß sowie nach dem Aufstehen über den Morgenurin zu einem hohen Flüssigkeits- und Natriumverlust. Zudem sind die Kohlenhydratspeicher morgens auf dem Tiefstand. Ohne eine rechtzeitige Nährstoffversorgung kann das antrainierte Leistungsniveau nicht oder nur kurzzeitig abgerufen werden. Während des Laufs

ist die Aufnahme von Flüssigkeit, Kohlenhydraten und Salzen wichtig, um Leistungseinbrüchen und Krämpfen vorzubeugen. Eine regelmäßige körperliche Versorgung ist daher von besonderer Bedeutung.

Für eine effektive Regeneration ist der Ausgleich von verlorenen Nährstoffen in der ersten halben Stunde nach der Belastung wichtig.

Unser Tipp: Profitiere von unseren bewährten Verzehrempfehlungen (siehe rechts), mit denen wir Breiten- wie auch Profisportler zu persönlichen Bestzeiten, Podestplätzen und Meistertiteln führen.

Deine Verzehrempfehlung



VORBEREITUNG

Fülle deine Speicher auf

Die Kohlenhydrat- und Natriumzufuhr muss bereits vor dem Start ideal abgestimmt sein. Trinke am Vorabend und 1 Stunde vor dem Wettkampf jeweils 500 ml **Isoton Energiedrink**.

AKTIVITÄT

Achte auf deine konstante Versorgung

Halbmarathon: Trinke bei Kilometer 13 und 17 je ½ Tube **Liquid Energie Pur** + Wasser an den Verpflegungsstationen.

Marathon: Trinke bei Kilometer 15 und dann alle 5 Kilometer je ½ Tube **Liquid Energie Pur** + Wasser an den Verpflegungsstationen.

REGENERATION

Denke an die schnelle Regeneration

Innerhalb der ersten halben Stunde nach der Aktivität ist der Stoffwechsel noch angekurbelt. Daher kann der Körper die zugeführten Nährstoffe in einem erhöhten Maß aufnehmen und verarbeiten. Trinke sofort im Ziel 1 Tube **Regenerations-Turbo +BCAA**, womit du unmittelbar entscheidende Nährstoffe bereitstellst.

Isoton Energiedrink

Langanhaltend und erfrischend – speziell konzipiert für eine hohe Belastung. Der Isoton-Energiedrink ist die wichtige Grundlage beim Sport.

☉ Laktosefrei und glutenfrei.

Anwendung: Vor und während der Aktivität.

Geschmack: Pfirsich-Maracuja

Best.-Nr. 2511

900-g-Dose (= 12,5 Liter) (1kg/€ 16,67) € 15,-
ab 3 Dosen (1kg/€ 15,-) € 13,50

Geschmack: Sauerkirsche

Best.-Nr. 2539

900-g-Dose (= 12,5 Liter) (1kg/€ 16,67) € 15,-
ab 3 Dosen (1kg/€ 15,-) € 13,50

Geschmack: Blutorange

Best.-Nr. 2526

900-g-Dose (= 12,5 Liter) (1kg/€ 16,67) € 15,-
ab 3 Dosen (1kg/€ 15,-) € 13,50



Liquid Energie Pur

Der schnelle und langanhaltende Energiekick flüssig aus der Tube.

☉ Laktosefrei und glutenfrei.

Anwendung: Während der Aktivität.

Geschmack: Pfirsich-Maracuja

Best.-Nr. 2545 50-ml-Tube (1l/€ 28,-) € 1,40
Best.-Nr. 2546 18er-Box (1l/€ 25,-) € 22,50

Geschmack: Kirsche

Best.-Nr. 2554 50-ml-Tube (1l/€ 28,-) € 1,40
Best.-Nr. 2556 18er-Box (1l/€ 25,-) € 22,50



Regenerations-Turbo +BCAA

So schnell und einfach war Regenerieren noch nie – sofort trinkbar aus der Tube + unkompliziert und überall dabei + sehr gute Verträglichkeit

Liefert die entscheidenden Nährstoffe für eine beschleunigte Regeneration unmittelbar nach der Aktivität. Zusätzlich enthalten sind die drei wichtigen verzweigt-kettigen Aminosäuren Leucin, Isoleucin und Valin (BCAA) sowie Glutamin.

☉ Laktose- und glutenfrei.

Anwendung: Direkt nach der Aktivität.

Geschmack: Exotic

Best.-Nr. 2562 50-ml-Tube (1l/€ 40,-) € 2,-
Best.-Nr. 2563 11er-Pack (1l/€ 36,36) € 20,-
Best.-Nr. 2564 18er-Box (1l/€ 35,-) € 31,50



Marathon Set

2x Isoton-Energiedrink Pfirsich-Maracuja, 36-g-Sachet
3x Liquid Energie Pur Kirsche, 50-ml-Tube
1x Regeneration Mineraldrink-Premium Granatapfel, 20-g-Sachet
1x Bio-Tacx-Trinkflasche 500 ml
1x Fireprotect 15-ml-Probetube
Best.-Nr. 2597 8er-Set € 9,50

Halb-Marathon Set

2x Isoton-Energiedrink Pfirsich-Maracuja, 36-g-Sachet
1x Liquid Energie Pur Kirsche, 50-ml-Tube
1x Regeneration Mineraldrink-Premium Granatapfel, 20-g-Sachet
1x Bio-Tacx-Trinkflasche 500 ml
1x Fireprotect 15-ml-Probetube
Best.-Nr. 2596 6er-Set € 6,90



Gurt-Tasche

+ extrem dehnbare Tasche (bis zu 8 Tuben)
+ alles bequem dabei
+ mit Startnummernhalter
Best.-Nr. 2543 1 Tasche € 18,-

Mineral Pur Drink

Die wertvolle Elektrolytquelle bei niedriger Belastung.

Erfrischend und kalorienfrei.

☉ Kalorienfrei, laktosefrei und glutenfrei.

Anwendung: Vor und während der Aktivität.

Best.-Nr. 2582 **Geschmack: Zitrone**

100-g-Packung (= 14-21 Liter) (1kg/€ 85,-) € 8,50

Best.-Nr. 2581 **Geschmack: Apfel**

100-g-Packung (= 14-21 Liter) (1kg/€ 85,-) € 8,50



Energie Reis-Riegel

Ein wahrer Energiehammer – knusprig und leicht kaubar!

☉ Enthält keine Zutaten mit Laktose.

Geschmack: Himbeere

Best.-Nr. 2523 50-g-Riegel (1kg/€ 30,-) € 1,50

Best.-Nr. 2525 20er-Box (1kg/€ 27,-) € 27,-

Weitere Geschmacksrichtungen finden Sie auf Seite 36.

Fireprotect Hautschutzcreme

Der Schutz vor Wundreiben.

Durch Einreiben legt sich ein schützender und trockener Film auf die Haut, sodass dem Wundreiben Einhalt geboten wird. Die Haut wird widerstandsfähiger und elastischer.

Best.-Nr. 2514 100-ml-Tube (1l/€ 59,-) € 5,90

Best.-Nr. 96058 15-ml-Tube (1l/€ 100,-) € 1,50



Regeneration Mineraldrink-Premium

Der Nährstoffmix nach niedriger Belastung. Eine ausgewogene Kombination aus verwertbaren Kohlenhydraten und Mineralstoffen.

☉ Laktosefrei und glutenfrei.

Anwendung: Nach der Aktivität.

Best.-Nr. 2537 **Geschmack: Granatapfel**
750-g-Dose (= 18,75 Liter) (1kg/€ 20,-) € 15,-

Best.-Nr. 2549 **Geschmack: Grapefruit**
750-g-Dose (= 18,75 Liter) (1kg/€ 20,-) € 15,-



Sport Balsam

Ein Muss in jeder Sporttasche.

Vielfach bewährt bei Überlastung der Muskulatur und Gelenke sowie bei Stauchungen, Prellungen und Verspannungen.

Best.-Nr. 2529 150-ml-Tube (1l/€ 80,-) € 12,-



In die Trinkflasche gehören die richtigen Inhaltsstoffe

Ob auf dem Rennrad, Mountainbike oder E-Bike – die Nährstoffzufuhr muss stimmen. Auch bei Genusstouren oder moderaten Trainingsfahrten sollte stets auf die Versorgung mit Flüssigkeit und Mineralstoffen geachtet werden. Ganz einfach wird die Aufnahme über ein kalorienfreies Elektrolytgetränk sichergestellt. Bei Bedarf sind Kohlenhydrat-Riegel ein optimaler Energiespender.

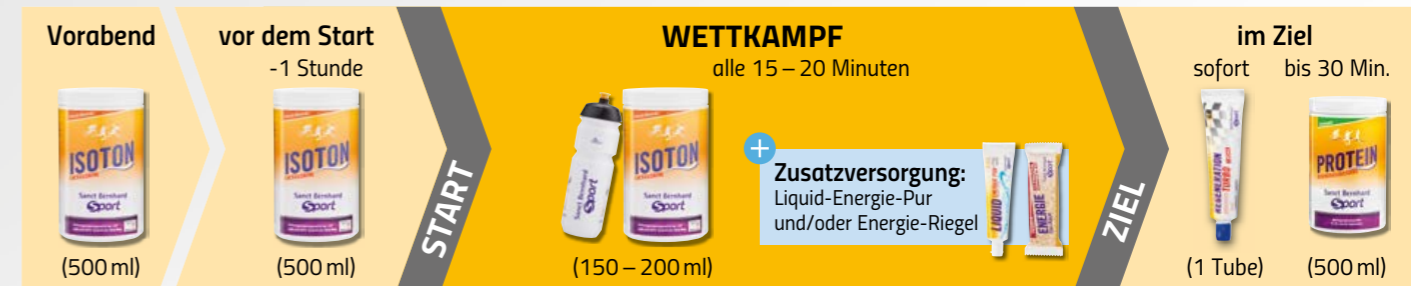
Geht es um lange Touren, herausforderndes Training oder Top-Leistung im Rennen wird dem Körper einiges abverlangt. Darum sind Flüssigkeit, Salz und Kohlenhydrate ein Muss. Ideal darauf abgestimmt sind hochwertige isotonische Getränke. Sie sollten über einen langen Zeitraum konsumierbar sein, wozu sich säuerliche Geschmacksvarianten besser eignen als süße. Sitzt man viele Stunden im

Sattel, wie zum Beispiel beim Alpencross, sind hitze- und kältetaugliche Riegel mit hoher Energieverfügbarkeit ein beliebter Pausensnack.

Neben der Zusammensetzung ist auch auf die Verträglichkeit und praktische Handhabung der Sporternährung zu achten. Die Innovation von trinkbaren und flüssigen Gels stellt beim Handling im Gelände eine große Erleichterung dar.

Unser Tipp: Ganz egal welche Ziele du auf dem Rad verfolgst, Sanct Bernhard Sport liefert dir das passende Rundum-Paket. In den folgenden Grafiken zeigen wir dir, wie du die Produkte sinnvoll anwendest.

Deine Verzehrempfehlung



VORBEREITUNG

Fülle deine Speicher auf

Die Kohlenhydrat- und Natriumzufuhr muss bereits vor dem Start ideal abgestimmt sein. Trinke am Vorabend und 1 Stunde vor dem Wettkampf jeweils 500 ml **Isoton Energiedrink**.

AKTIVITÄT

Achte auf eine konstante Versorgung

Trinke alle 15 – 20 Minuten 150 – 200 ml **Isoton Energiedrink**.
Als Zusatzversorgung eignen sich das Liquid Energie Pur sowie der Energie Reis-Riegel.

REGENERATION

Denke an die schnelle Regeneration

Innerhalb der ersten halben Stunde nach der Aktivität ist der Stoffwechsel noch angekurbelt. Daher kann der Körper die zugeführten Nährstoffe in einem erhöhten Maß aufnehmen und verarbeiten. Trinke innerhalb von 30 Minuten nach dem Wettkampfe 500 ml **Protein-Regenerationsturbo**.

Die schnelle und bequeme Erstversorgung:

Trinke sofort im Ziel 1 Tube **Regenerations-Turbo +BCAA**, womit du unmittelbar entscheidende Nährstoffe bereitstellst.



Isoton Energiedrink

Langanhaltend und erfrischend – speziell konzipiert für eine hohe Belastung.

Der Isoton-Energiedrink ist die wichtige Grundlage beim Sport.

☉ Laktosefrei und glutenfrei.

Anwendung: Vor und während der Aktivität.

Geschmack: Pfirsich-Maracuja

Best.-Nr. 2511
900-g-Dose (= 12,5 Liter) (1kg/€ 16,67) € 15,-
ab 3 Dosen (1kg/€ 15,-) € 13,50

Geschmack: Sauerkirsche

Best.-Nr. 2539
900-g-Dose (= 12,5 Liter) (1kg/€ 16,67) € 15,-
ab 3 Dosen (1kg/€ 15,-) € 13,50

Geschmack: Blutorange

Best.-Nr. 2526
900-g-Dose (= 12,5 Liter) (1kg/€ 16,67) € 15,-
ab 3 Dosen (1kg/€ 15,-) € 13,50



Mineral Pur Drink

Die wertvolle Elektrolytquelle bei niedriger Belastung. Erfrischend und kalorienfrei.

Ideal z. B. beim Grundlagentraining, im Fitnessstudio oder während eines Abnehm-Programms.

☉ Kalorienfrei, laktosefrei und glutenfrei.

Anwendung: Vor und während der Aktivität.

Geschmack: Zitrone

Best.-Nr. 2582
100-g-Packung (= 14-21 Liter) (1kg/€ 85,-) € 8,50
ab 3 Packungen (1kg/€ 78,-) € 7,80

Geschmack: Apfel

Best.-Nr. 2581
100-g-Packung (= 14-21 Liter) (1kg/€ 85,-) € 8,50
ab 3 Packungen (1kg/€ 78,-) € 7,80

Liquid Energie Pur

Der schnelle und langanhaltende Energiekick flüssig aus der Tube.

☉ Laktosefrei und glutenfrei.

Anwendung: Während der Aktivität.

Geschmack: Pfirsich-Maracuja

Best.-Nr. 2545 50-ml-Tube (1l/€ 28,-) € 1,40
Best.-Nr. 2546 18er-Box (1l/€ 25,-) € 22,50

Geschmack: Kirsche

Best.-Nr. 2554 50-ml-Tube (1l/€ 28,-) € 1,40
Best.-Nr. 2556 18er-Box (1l/€ 25,-) € 22,50

Energie Reis-Riegel

Ein wahrer Energiehammer – knusprig und leicht kaubar!

☉ Enthält keine Zutaten mit Laktose.

Geschmack: Himbeere

Best.-Nr. 2523 50-g-Riegel (1kg/€ 30,-) € 1,50
Best.-Nr. 2525 20er-Box (1kg/€ 27,-) € 27,-

Geschmack: Apfel

Best.-Nr. 2566 50-g-Riegel (1kg/€ 30,-) € 1,50
Best.-Nr. 2568 20er-Box (1kg/€ 27,-) € 27,-

Geschmack: Mango

Best.-Nr. 2570 50-g-Riegel (1kg/€ 30,-) € 1,50
Best.-Nr. 2572 20er-Box (1kg/€ 27,-) € 27,-



Fireprotect Hautschutzcreme

Der Schutz vor Wundreiben.

Durch Einreiben legt sich ein schützender und trockener Film auf die Haut, sodass dem Wundreiben Einhalt geboten wird. Die Haut wird widerstandsfähiger und elastischer.

Best.-Nr. 2514 100-ml-Tube (1l/€ 59,-) € 5,90
Best.-Nr. 96058 15-ml-Tube (1l/€ 100,-) € 1,50



NEU



Protein-Riegel 32%

Leckerer Protein-Snack – mit 32% Protein! Cerealien-Riegel mit Protein-Crispies und Mandeln. Vegan

☉ Laktosefrei.

Geschmack: Cappuccino

Best.-Nr. 2584 35-g-Riegel (1kg/€ 45,71) € 1,60
Best.-Nr. 2586 20er-Box (1kg/€ 40,71) € 28,50



Beratung + Bestellung unter Tel. 07334 / 96 540 oder sanct-bernhard-sport.de

Regenerations-Turbo +BCAA

So schnell und einfach war Regenerieren noch nie – sofort trinkbar aus der Tube.

+ unkompliziert und überall dabei

+ sehr gute Verträglichkeit

☉ Laktose- und glutenfrei.

Anwendung: Direkt nach der Aktivität.

Geschmack: Exotic

Best.-Nr. 2562 50-ml-Tube (1l/€ 40,-) € 2,-
Best.-Nr. 2563 11er-Pack (1l/€ 36,36) € 20,-
Best.-Nr. 2564 18er-Box (1l/€ 35,-) € 31,50



Regeneration Mineraldrink-Premium

Der Nährstoffmix nach niedriger Belastung. Um ein wirksames Wiederauffüllen der Speicher zu gewährleisten, enthält dieser Drink eine ausgewogene Kombination aus verwertbaren Kohlenhydraten und Mineralstoffen.

☉ Laktosefrei und glutenfrei.

Anwendung: Nach der Aktivität.

Geschmack: Granatapfel

Best.-Nr. 2537
750-g-Dose (= 18,75 Liter) (1kg/€ 20,-) € 15,-
ab 3 Dosen (1kg/€ 18,-) € 13,50

Best.-Nr. 2552
11er-Sachet-Packung (1kg/€ 34,09) € 7,50

Geschmack: Grapefruit

Best.-Nr. 2549
750-g-Dose (= 18,75 Liter) (1kg/€ 20,-) € 15,-

Ringelblumen-Regenerationscreme

Unterstützt die Erholung strapazierter Hautpartien.

Natürliche Extrakte aus der Ringelblume wirken entzündungshemmend und besänftigend.

Best.-Nr. 2506 200-ml-Dose (1l/€ 44,75) € 8,95

Tacx-Trinkflasche

Bio-Flasche (kompostierbar), BPA-frei und spülmaschinenfest.

Best.-Nr. 2513 500-ml-Flasche € 2,95
Best.-Nr. 2519 750-ml-Flasche € 3,95



Weitere Produkte ab Seite 34



Mit hoher Verträglichkeit zur Top-Leistung

Beim Triathlon muss auf die ausreichende Aufnahme von Flüssigkeit, Kohlenhydraten und Salzen geachtet werden. Gerade bei lang andauernden Belastungen ist die Verträglichkeit der Sporternährung besonders wichtig.

Oftmals werden an den Versorgungsstationen ungeeignete Produkte und Getränke angeboten, deren Wirkung und Verträglichkeit nicht gewährleistet sind. Darüber hinaus ist der Magen-Darm-Trakt, vor allem durch die Laufbewegung, belastet und reagiert äußerst sensibel. Mit hoch verträglichen Sporternährungsprodukten bist du, selbst über die Langdistanz, auf der sicheren Seite.

Schon vor dem Start, speziell bei Wettkämpfen am Morgen, ist das Auffüllen der Nährstoffspeicher zwingend notwendig, um auf das volle Leistungspotential zurückgreifen zu können. Ein Vorteil, der nach unseren Expertenanalysen nur selten genutzt wird.

Unser Tipp: Mache dich unabhängig von den Verpflegungsstationen. Wie du über die unterschiedlichen Distanzen mit deiner Eigenversorgung ans Ziel kommst, verraten wir auf der nächsten Seite.

Deine Verzehrempfehlung



+ Zusatzversorgung: Liquid-Energie-Pur oder Energie-Riegel

+ Tipp für Mittel- / Langdistanz: Befülle 1 Trinkflasche mit 500 ml Liquid-Energie-Pur

VORBEREITUNG

Fülle deine Speicher auf

Die Kohlenhydrat- und Natriumzufuhr muss bereits vor dem Start ideal abgestimmt sein. Trinke am Vorabend und 1 Stunde vor dem Wettkampf jeweils 500 ml Isoton Energiedrink.

Mittel- und Langdistanz:
15 Minuten vor dem Start
1 Tube Liquid Energie Pur

AKTIVITÄT

Achte auf deine konstante Versorgung

Direkt nach dem Schwimmen:
1 Tube Liquid Energie Pur + Wasser

Auf dem Rad:
Alle 15-20 Minuten
200 ml Isoton Energiedrink

Zusatzversorgung:
1 Liquid-Energie Pur oder Energie-Reis-Riegel pro Stunde.

Alternativversorgung auf dem Rad:
Alle 20 Minuten
ca. 50 ml Liquid Energie Pur aus der Trinkflasche + 150-200ml Wasser

Direkt nach dem Radfahren:
1 Tube Liquid Energie Pur + Wasser

Während des Laufs:
Alle 15 Minuten
1/2 Tube Liquid Energie Pur + Wasser an den Verpflegungsstationen

REGENERATION

Denke an die schnelle Regeneration

Innerhalb der ersten halben Stunde nach der Aktivität ist der Stoffwechsel noch angekurbelt. Daher kann der Körper die zugeführten Nährstoffe in einem erhöhten Maß aufnehmen und verarbeiten. Trinke innerhalb von 30 Minuten nach dem Wettkampfe 500 ml Protein-Regenerationsturbo.

Die schnelle und bequeme Erstversorgung:
Trinke direkt im Ziel
1 Tube Regenerations-Turbo +BCAA, womit du unmittelbar entscheidende Nährstoffe bereitstellst.

Isoton Energiedrink

Langanhaltend und erfrischend – speziell konzipiert für eine hohe Belastung.

Der Isoton-Energiedrink ist die wichtige Grundlage beim Sport.

☉ Laktosefrei und glutenfrei.

Anwendung: Vor und während der Aktivität.

Geschmack: Pfirsich-Maracuja

Best.-Nr. 2511
900-g-Dose (= 12,5 Liter) (1kg/€ 16,67) € 15,-
ab 3 Dosen (1kg/€ 15,-) € 13,50

Geschmack: Sauerkirsche

Best.-Nr. 2539
900-g-Dose (= 12,5 Liter) (1kg/€ 16,67) € 15,-
ab 3 Dosen (1kg/€ 15,-) € 13,50

Geschmack: Blutorange

Best.-Nr. 2526
900-g-Dose (= 12,5 Liter) (1kg/€ 16,67) € 15,-
ab 3 Dosen (1kg/€ 15,-) € 13,50



+ **Tipp:** Zum Umfüllen in die Flasche für die Mittel- und Langdistanz.

Liquid Energie Pur

Der schnelle und langanhaltende Energiekick flüssig aus der Tube.

☉ Laktosefrei und glutenfrei.

Anwendung: Während der Aktivität.

Geschmack: Pfirsich-Maracuja

Best.-Nr. 2545 50-ml-Tube (11/€ 28,-) € 1,40
Best.-Nr. 2546 18er-Box (11/€ 25,-) € 22,50
Best.-Nr. 2548 500 ml (11/€ 24,-) € 12,-

Geschmack: Kirsche

Best.-Nr. 2554 50-ml-Tube (11/€ 28,-) € 1,40
Best.-Nr. 2556 18er-Box (11/€ 25,-) € 22,50



Protein-Riegel 32%

Leckerer Protein-Snack – mit 32% Protein!

Dieser Protein-Riegel besticht mit hochwertigen, veganen Zutaten und einem angenehmen Cappuccino-Geschmack. Darüber hinaus sorgen die knusprigen Protein-Crispies kombiniert mit feinem Kakao für einen unverwechselbaren Genuss. Ein praktischer Snack nach dem Sport und ebenso ideal für zwischendurch. Vegan

☉ Laktosefrei.

Geschmack: Cappuccino

Best.-Nr. 2584 35-g-Riegel (1kg/€ 45,71) € 1,60
Best.-Nr. 2585 11er-Pack (1kg/€ 41,56) € 16,-
Best.-Nr. 2586 20er-Box (1kg/€ 40,71) € 28,50

Triathlon Set (Kurzdistanz)

Deine eigene Wettkampfversorgung – alles in einer Box!

2 x Isoton-Energiedrink Pfirsich-Maracuja, 36-g-Sachet
2 x Isoton-Energiedrink Sauerkirsche, 36-g-Sachet
2 x Liquid Energie Pur Kirsche, 50 ml
2 x Liquid Energie Pur Pfirsich-Maracuja, 50 ml
1 x Regeneration Mineraldrink-Premium Granatapfel, 20-g-Sachet
1 x Bio-Tacx-Trinkflasche 500 ml
1 x Fireprotect 15-ml-Probetube
1 x Verzehrempfehlung
Best.-Nr. 2598 Triathlon-Set € 12,-

Regenerations-Turbo +BCAA

So schnell und einfach war Regenerieren noch nie – sofort trinkbar aus der Tube.

+ unkompliziert und überall dabei

+ sehr gute Verträglichkeit

☉ Laktose- und glutenfrei.

Anwendung: Direkt nach der Aktivität.

Geschmack: Exotic
Best.-Nr. 2562 50-ml-Tube (11/€ 40,-) € 2,-
Best.-Nr. 2563 11er-Pack (11/€ 20,-) € 20,-
Best.-Nr. 2564 18er-Box (11/€ 31,50) € 31,50

Mineral Pur Drink

Die wertvolle Elektrolytquelle bei niedriger Belastung.

Erfrischend und kalorienfrei.

☉ Kalorienfrei, laktosefrei und glutenfrei.

Anwendung: Vor und während der Aktivität.

Best.-Nr. 2582 **Geschmack: Zitrone**
100-g-Packung (= 14-21 Liter) (1kg/€ 85,-) € 8,50
Best.-Nr. 2581 **Geschmack: Apfel**
100-g-Packung (= 14-21 Liter) (1kg/€ 85,-) € 8,50



Energie Reis-Riegel

Ein wahrer Energiehammer – knusprig und leicht kaubar!

☉ Enthält keine Zutaten mit Laktose.

Geschmack: Himbeere

Best.-Nr. 2523 50-g-Riegel (1kg/€ 30,-) € 1,50
Best.-Nr. 2525 20er-Box (1kg/€ 27,-) € 27,-
Weitere Geschmacksrichtungen finden Sie auf Seite 36.

Fireprotect Hautschutzcreme

Der Schutz vor Wundreiben.

Durch Einreiben legt sich ein schützender und trockener Film auf die Haut, sodass dem Wundreiben Einhalt geboten wird. Die Haut wird widerstandsfähiger und elastischer.

Best.-Nr. 2514 100-ml-Tube (11/€ 59,-) € 5,90
Best.-Nr. 96058 15-ml-Tube (11/€ 100,-) € 1,50



Gurt-Tasche

+ extrem dehnbare Tasche (bis zu 8 Tuben)
+ alles bequem dabei
+ mit Startnummernhalter

Best.-Nr. 2543 1 Tasche € 18,-



Proteindrink Regenerationsturbo

Die Nährstoffquelle mit hochwertigem Eiweiß nach hoher Belastung.

Die ideale Kombination aus Kohlenhydraten, Eiweiß, Mineralstoffen und Vitaminen.

Vorteil: Zubereitung auch in Wasser.

☉ Laktosefrei und glutenfrei.

Anwendung: Nach der Aktivität.

Geschmack: Granatapfel

Best.-Nr. 2538 750-g-Dose (1kg/€ 33,33) € 25,-
ab 3 Dosen (1kg/€ 30,67) € 23,-



Volle Leistung bis zum Abpfiff

Die meisten Tore fallen in den letzten Spielminuten – warum? Laut wissenschaftlichen Studien liegt der Grund in einer unzureichenden Energiezufuhr!

Wie in kaum einer anderen Sportart wird im Fußball die körperliche Versorgung oftmals unterschätzt. Bedenkt man, dass der Körper bei einem Fußballspiel im Extremfall bis zu vier Liter Flüssigkeit verliert, so wird die Notwendigkeit der Flüssigkeits- und Nährstoffaufnahme deutlich. Die Folgen: Krämpfe, Muskelverhärtungen, Leistungseinbrüche sowie Konzentrationsschwächen. Ausfälle von Leistungsträgern, unnötige Gegentore bzw. Punktverluste sind das Resultat, welches nicht nur über Sieg oder Niederlage, sondern auch über Abstieg und Meisterschaft entscheiden kann.

Durch den intelligent abgestimmten Ausgleich von Wasser, Salz und Kohlenhydraten kann das volle Leistungsvermögen über die gesamte Spieldauer abgerufen werden. Unsere Empfehlungen, Erfahrungen und mehrfach ausgezeichnete Qualität machen namhafte Profimannschaften zu ihrem Vorteil.

Unser Tipp: Versorge dich clever – unser abgestimmter Isoton-Energiedrink liefert dir alle notwendigen Nährstoffe! Mit unseren vielfach bewährten Verzehrempfehlungen bist du deinem Gegner einen Schritt voraus.

Deine Verzehrempfehlung



VORBEREITUNG

Fülle deine Speicher auf

Die Kohlenhydrat- und Natriumzufuhr muss bereits vor dem Spiel ideal abgestimmt sein. Trinke 1 Stunde vor dem Spielbeginn 500 ml **Isoton Energiedrink**.

WÄHREND DES SPIELS

Achte auf deine konstante Versorgung

Spielunterbrechungen: Greife, wenn möglich, zum **Isoton Energiedrink**.

Halbzeitpause: Trinke 250 ml **Isoton Energiedrink**, um für die 2. Spielhälfte ausreichend Energie bereitzustellen.

Dein Vorteil bei Verlängerungen: Nutze den **Isoton Energiedrink** sowie 1 Tube **Liquid Energie Pur**.

REGENERATION

Nach dem Spiel ist vor dem Spiel

Innerhalb der ersten halben Stunde nach der Aktivität ist der Stoffwechsel noch angekurbelt. Daher kann der Körper die zugeführten Nährstoffe in einem erhöhten Maß aufnehmen und verarbeiten. Trinke innerhalb von 30 Minuten nach dem Spiel 500 ml **Protein-Regenerationsturbo**.



Isoton Energiedrink

Langanhaltend und erfrischend – speziell konzipiert für eine hohe Belastung. Der Isoton-Energiedrink ist die wichtige Grundlage beim Sport.

☉ Laktosefrei und glutenfrei.

Anwendung: Vor und während der Aktivität.

Geschmack: Pfirsich-Maracuja

Best.-Nr. 2511
900-g-Dose (= 12,5 Liter) (1kg/€ 16,67) € 15,-
ab 3 Dosen (1kg/€ 15,-) € 13,50

Geschmack: Sauerkirsche

Best.-Nr. 2539
900-g-Dose (= 12,5 Liter) (1kg/€ 16,67) € 15,-
ab 3 Dosen (1kg/€ 15,-) € 13,50

Geschmack: Blutorange

Best.-Nr. 2526
900-g-Dose (= 12,5 Liter) (1kg/€ 16,67) € 15,-
ab 3 Dosen (1kg/€ 15,-) € 13,50



Mineral Pur Drink

Die wertvolle Elektrolytquelle bei niedriger Belastung. Erfrischend und kalorienfrei. Ideal, z. B. bei niedriger Trainingsintensität, beim Technik- oder Taktiktraining. Tipp: Im Spiel sowie bei hoher Trainingsintensität ist der Isoton-Energiedrink ein absolutes Muss.

☉ Kalorienfrei, laktosefrei und glutenfrei.

Anwendung: Vor und während der Aktivität.

Geschmack: Zitrone

Best.-Nr. 2582
100-g-Packung (= 14-21 Liter) (1kg/€ 85,-) € 8,50
ab 3 Packungen (1kg/€ 78,-) € 7,80

Geschmack: Apfel

Best.-Nr. 2581
100-g-Packung (= 14-21 Liter) (1kg/€ 85,-) € 8,50
ab 3 Packungen (1kg/€ 78,-) € 7,80



Reeneration Mineraldrink-Premium

Der Nährstoffmix nach niedriger Belastung. Um ein wirksames Wiederauffüllen der Speicher zu gewährleisten, enthält dieser Drink eine ausgewogene Kombination aus verwertbaren Kohlenhydraten und Mineralstoffen.

☉ Laktosefrei und glutenfrei.

Anwendung: Nach der Aktivität.

Geschmack: Granatapfel

Best.-Nr. 2537
750-g-Dose (= 18,75 Liter) (1kg/€ 20,-) € 15,-
ab 3 Dosen (1kg/€ 18,-) € 13,50

Best.-Nr. 2552
11er-Sachet-Packung (1kg/€ 34,09) € 7,50

Geschmack: Grapefruit

Best.-Nr. 2549
750-g-Dose (= 18,75 Liter) (1kg/€ 20,-) € 15,-

Proteindrink Reenerationsturbo

Die Nährstoffquelle mit hochwertigem Eiweiß nach hoher Belastung.

Die ideale Kombination aus Kohlenhydraten, Eiweiß, Mineralstoffen und Vitaminen.

Vorteil: Zubereitung auch in Wasser.

☉ Laktosefrei und glutenfrei.

Anwendung: Nach der Aktivität.

Geschmack: Granatapfel

Best.-Nr. 2538
750-g-Dose (= 6,8 Liter) (1kg/€ 33,33) € 25,-
ab 3 Dosen (1kg/€ 30,67) € 23,-

Geschmack: Orange

Best.-Nr. 2579
725-g-Dose (= 6,5 Liter) (1kg/€ 34,48) € 25,-
ab 3 Dosen (1kg/€ 31,72) € 23,-



Energie Reis-Riegel

Ein wahrer Energiehammer – knusprig und leicht kaubar!

☉ Enthält keine Zutaten mit Laktose.

Geschmack: Himbeere

Best.-Nr. 2523 50-g-Riegel (1kg/€ 30,-) € 1,50
Best.-Nr. 2525 20er-Box (1kg/€ 27,-) € 27,-
Weitere Geschmacksrichtungen finden Sie auf Seite 36.

Tacx- Trinkflasche

Bio-Flasche (kompostierbar), BPA-frei und spülmaschinenfest.

Best.-Nr. 2513 500-ml-Flasche € 2,95
Best.-Nr. 2519 750-ml-Flasche € 3,95



Warm-up Massageöl

Gutes Aufwärmen erhöht die Leistungsfähigkeit und reduziert Verletzungen.

Anwendung: Vor dem Sport.

Best.-Nr. 2518 100-ml-Flasche (11/€ 49,50) € 4,95
Best.-Nr. 2505 250-ml-Flasche (11/€ 38,-) € 9,50
Best.-Nr. 2516 500-ml-Flasche (11/€ 33,-) € 16,50



Tipp: Als Energiekick für die letzten Spielminuten.

Liquid Energie Pur

Der schnelle und langanhaltende Energiekick flüssig aus der Tube.

☉ Laktosefrei und glutenfrei.

Anwendung: Während der Aktivität.

Geschmack: Pfirsich-Maracuja
Best.-Nr. 2545 50-ml-Tube (11/€ 28,-) € 1,40
Best.-Nr. 2546 18er-Box (11/€ 25,-) € 22,50

Geschmack: Kirsche
Best.-Nr. 2554 50-ml-Tube (11/€ 28,-) € 1,40
Best.-Nr. 2556 18er-Box (11/€ 25,-) € 22,50



Sport Balsam

Ein Muss in jeder Sporttasche. Vielfach bewährt bei Überlastung der Muskulatur und Gelenke sowie bei Stauchungen, Prellungen und Verspannungen.

Best.-Nr. 2529 150-ml-Tube (11/€ 80,-) € 12,-



Bring' deinen Körper in Form!

Ob im Fitness-Studio oder zuhause – mit gezielten Übungen kannst du Muskeln aufbauen, Gewicht reduzieren oder deine Ausdauer verbessern. Neben dem Training ist dafür eine gesunde und ausgewogene Ernährung ein wichtiger Baustein.

Achte bei hohen Schweißverlusten auf den Ausgleich von Flüssigkeit und Mineralstoffen. Bei intensivem Training können zusätzlich Kohlenhydrate als Energielieferant sinnvoll sein.

Nach starker Muskeler schöpfung ist die adäquate Aufnahme von hochwertigem Eiweiß von besonderer Bedeutung. Damit werden der Muskelaufbau und der

Erhalt der antrainierten Muskelmasse unterstützt. Schließlich sind Aminosäuren, die durch Proteine bereitgestellt werden, die "Bausteine" für erschöpfte Muskeln. Auch während Low-Carb- oder Abnehmphasen ist eine angepasste Proteinzufuhr wichtig.

Unser Tipp: Die speziellen Sanct-Bernhard-Sport-Fitness-Produkte helfen dir, dein Training und die Regeneration effizient zu unterstützen, sodass dein Workout ein Erfolg wird!

Deine Verzehrempfehlung



VORBEREITUNG

Fülle deine Speicher auf

Für ein erfolgreiches Training sollte schon vor dem Workout auf eine ausreichende Flüssigkeits- und Mineralstoffversorgung geachtet werden. Trinke 1 Stunde vor dem Training 500 ml **Mineral Pur Drink**.

AKTIVITÄT

Achte auf deine konstante Versorgung

Generell sollte während des Fitness-Trainings ausreichend getrunken werden.

Bei intensivem oder lang-andauerndem Training:
Trinke regelmäßig **Isoton Energiedrink**.

Bei figurbetontem Training:
Trinke regelmäßig **Mineral Pur Drink**.

REGENERATION

Jetzt zählen Eiweiß und Flüssigkeit

Eine Zufuhr von 20 - 30 g Eiweiß nach dem Training hat sich für die Regeneration als optimal erwiesen. Trinke, am besten noch am Trainingsort, innerhalb von 30 Minuten 300 ml **Proteindrink XXL 92**.



Mineral Pur Drink

Die wertvolle Elektrolytquelle bei niedriger Belastung. Erfrischend und kalorienfrei. Ideal z. B. beim Grundlagentraining (Spinning, Laufband), im Fitnessstudio, bei der Gymnastik oder während eines Abnehm-Programms.

☉ Kalorienfrei, laktosefrei und glutenfrei.

Geschmack: Zitrone

Best.-Nr. 2582
100-g-Packung (= 14-21 Liter) (1kg/€ 85,-) **€ 8,50**
ab 3 Packungen (1kg/€ 78,-) **€ 7,80**

Geschmack: Apfel

Best.-Nr. 2581
100-g-Packung (= 14-21 Liter) (1kg/€ 85,-) **€ 8,50**
ab 3 Packungen (1kg/€ 78,-) **€ 7,80**



Proteindrink XXL 92

Der cremige und gut trinkbare Fitness-Shake für den muskulären Aufbau.

Liefert ideal abgestimmte Proteine aus Molkenisolat, Calciumcaseinat und Ei, die zur Zunahme und zur Erhaltung von Muskelmasse beitragen. Außerdem ist der Drink als ergänzende Eiweißquelle während figurbetonter Trainingsphasen oder bei einem erhöhten Eiweißbedarf zu empfehlen.

- + mit nativem, ultrafiltriertem Molkenisolat
- + enthält natürlicherweise BCAAs
- + ohne künstliche Farbstoffe
- ☉ Fruktosefrei und glutenfrei.



Geschmack: Erdbeer-Vanille

Best.-Nr. 2558
450-g-Dose (= 15 Portionen) (1kg/€ 54,44) **€ 24,50**
ab 3 Dosen (1kg/€ 51,11) **€ 23,-**

Geschmack: Vanille

Best.-Nr. 2557
450-g-Dose (= 15 Portionen) (1kg/€ 54,44) **€ 24,50**
ab 3 Dosen (1kg/€ 51,11) **€ 23,-**

Geschmack: Schoko

Best.-Nr. 2559
450-g-Dose (= 15 Portionen) (1kg/€ 54,44) **€ 24,50**
ab 3 Dosen (1kg/€ 51,11) **€ 23,-**



Protein-Riegel 32%

Leckerer Protein-Snack – mit 32% Protein! Dieser Protein-Riegel besticht mit hochwertigen, veganen Zutaten und einem angenehmen Cappuccino-Geschmack. Darüber hinaus sorgen die knusprigen Protein-Crispies kombiniert mit feinem Kakao für einen unverwechselbaren Genuss. Ein praktischer Snack nach dem Sport und ebenso ideal für zwischendurch. Vegan

☉ Laktosefrei.

Geschmack: Cappuccino

Best.-Nr. 2584 35-g-Riegel (1kg/€ 45,71) **€ 1,60**
Best.-Nr. 2585 11er-Pack (1kg/€ 41,56) **€ 16,-**
Best.-Nr. 2586 20er-Box (1kg/€ 40,71) **€ 28,50**



Fitness-Set

Ob unterwegs oder zuhause - mit diesem Set wird dein Workout zum Erfolg!

- 1x Proteindrink XXL 92 Erdbeer-Vanille
- 1x Komfort-Shaker 500 ml
- 1x Fitnessband inkl. Übungsanleitung

Best.-Nr. 2591 Fitness-Set **€ 30,-**

Whey-Protein 100%

Der hoch angereicherte Eiweiß-Lieferant mit 100% natürlichem Molkenprotein.

Für die gezielte Nahrungsergänzung mit ernährungsphysiologisch hochwertigem Molkenprotein. Neutral im Geschmack, frei von Aromen, Farbstoffen oder Süßungsmitteln eignet sich das Pulver ideal zur Proteinreicherung von Speisen oder Getränken.

Molkenprotein wird vom Körper sehr gut aufgenommen und versorgt ihn mit wichtigen Aminosäuren. Eine Portion liefert 24 g Eiweiß, enthält geringe Mengen von Kohlenhydraten und Fett.

- + 24 g Eiweiß pro Portion
- + hoher BCAA-Gehalt (5,4 g pro Portion)
- ☉ Fruktosefrei und glutenfrei.

Geschmack: Neutral

Best.-Nr. 2569
1,2-kg-Pack (= 40 Portionen) (1kg/€ 29,17) **€ 35,-**
ab 3 Packungen (1kg/€ 27,92) **€ 33,50**



Isoton Energiedrink

Langanhaltend und erfrischend – speziell konzipiert für eine hohe Belastung.

☉ Laktosefrei und glutenfrei.

Anwendung: Vor und während der Aktivität.

Best.-Nr. 2511 **Geschmack: Pfirsich-Maracuja**
900-g-Dose (= 12,5 Liter) (1kg/€ 16,67) **€ 15,-**
ab 3 Dosen (1kg/€ 15,-) **€ 13,50**

Weitere Geschmacksrichtungen finden Sie auf Seite 34.



Warm-up Massageöl

Gutes Aufwärmen erhöht die Leistungsfähigkeit und reduziert Verletzungen.

Anwendung: Vor dem Sport.

Best.-Nr. 2518 100-ml-Flasche (11/€ 49,50) **€ 4,95**
Best.-Nr. 2505 250-ml-Flasche (11/€ 38,-) **€ 9,50**
Best.-Nr. 2516 500-ml-Flasche (11/€ 33,-) **€ 16,50**



Sport Balsam

Ein Muss in jeder Sporttasche.

Vielfach bewährt bei Überlastung der Muskulatur und Gelenke sowie bei Stauchungen, Prellungen und Verspannungen.

Best.-Nr. 2529 150-ml-Tube (11/€ 80,-) **€ 12,-**

Komfort-Shaker

Hochwertiger und tropfsichere 2-in-1-Shaker

- + BPA-frei
- + spülmaschinenfest
- + mit abschraubbarem Zusatzbehälter (z. B. Mineral-Pur-Drink im Hauptbehälter, Proteinpulver im Zusatzbehälter)

Best.-Nr. 2527 600-ml-Shaker **€ 5,95**



Gurt-Tasche

- + extrem dehnbare Tasche
- + alles bequem und sicher verstaut
- + hüpfert und wackelt nicht

Best.-Nr. 2543 1 Tasche **€ 18,-**



Fitnessband

Das kleine und effektive Sportgerät für Stretching, Pilates, Reha-Sport und Physio-Gymnastik – inkl. Übungsanleitung.

Größe: 30 x 5 cm
Farbe: gelb – Stärke: leicht

Best.-Nr. 2544 1 Stück **€ 3,50**



Optimal versorgt bis zum Gipfel

In den Bergen sind Wanderer oftmals auf sich allein gestellt. Daher sind nicht nur Abenteurer auf einen abgestimmten Proviant angewiesen, vielmehr sollte jeder "Gipfelstürmer" seine angepasste Versorgung mit sich führen.

Ob bei einfachen Wanderungen, beim Bergsteigen, Klettern oder auf Mehrtagestouren, der Wasser- und Mineralstoffhaushalt darf nicht ins Ungleichgewicht geraten. Immerhin kann der Flüssigkeitsbedarf von normalerweise ca. zwei Litern pro Tag durch Schweißverluste bis auf das Vierfache ansteigen. Wird der Ausgleich missachtet, führt dies meist zu Schwindel,

Kraftverlust und Muskelkrämpfen. Ferner sind Kohlenhydrate auf dem Weg "zum Gipfel" eine wichtige Energiequelle, um jegliche Leistungseinbrüche zu verhindern.

Unser Tipp: Der erfrischende Mineral-Pur-Drink sowie die leckeren Energie-Reisriegel liefern dir den idealen Nährstoffmix, der in die kleinste Tasche passt – damit wird jede Tour zum Genuss!

Deine Verzehrempfehlung



+ Die Mineralstoff-Quelle in der handlichen Verpackung passt praktisch in jede Tasche und ist damit während der Tour immer dabei.

VOR DER TOUR

Fülle deine Speicher auf

Vor anstrengenden Touren sollten Flüssigkeit und Mineralstoffe schon morgens bevor es losgeht aufgetankt werden.

Trinke 1 Stunde vor dem Start 500 ml **Mineral Pur Drink**.

WÄHREND DER TOUR

Achte auf deine konstante Versorgung

Für die Flüssigkeits- und Mineralstoffversorgung ist ein Elektrolytgetränk sinnvoll.

Trinke in den Pausen bzw. zwischendurch regelmäßig **Mineral Pur Drink**.

Ergänzend sind kohlenhydratreiche Snacks empfehlenswert. Greife bei Bedarf zum kältetauglichen **Energie Reis-Riegel**.

NACH DER TOUR

Erhole dich nach einer anstrengenden Tour

Besonders bei Mehrtagestouren sind entscheidende Nährstoffe für eine schnelle Regeneration wichtig. Somit schaffst du die Grundlage für den nächsten Tag.

Trinke unmittelbar nach der Tagesetappe 1 Tube **Regenerationsturbo +BCAA**.



Mineral Pur Drink

Die wertvolle Elektrolytquelle bei niedriger Belastung. Erfrischend und kalorienfrei. Dieses gut lösliche Mineralstoffpulver zur einfachen Herstellung eines Drinks liefert wichtige Elektrolyte, die bei erhöhtem Schweißverlust ausgeglichen werden sollten und im Körper bedeutende Funktionen übernehmen.

☉ Kalorienfrei, laktosefrei und glutenfrei.

Geschmack: Zitrone

Best.-Nr. 2582
100-g-Packung (= 14-21 Liter) (1 kg/€ 85,-) **€ 8,50**
ab 3 Packungen (1 kg/€ 78,-) **€ 7,80**

Geschmack: Apfel

Best.-Nr. 2581
100-g-Packung (= 14-21 Liter) (1 kg/€ 85,-) **€ 8,50**
ab 3 Packungen (1 kg/€ 78,-) **€ 7,80**



Bio⁵ Aktiv-Riegel

Der leckere Fruchtsnack!

Ideal für unterwegs, zum Beispiel beim Wandern, Radfahren oder Laufen. Angenehm fruchtiger, säuerlich erfrischender Geschmack. Sehr gut verträglich. Ohne Zuckerzusatz oder künstliche Zusatzstoffe.

☉ Laktosefrei und glutenfrei.

Geschmack: Cranberry

Best.-Nr. 2520 40-g-Riegel (1 kg/€ 47,50) **€ 1,90**
Best.-Nr. 2521 11er-Pack (1 kg/€ 43,18) **€ 19,-**
Best.-Nr. 2522 30er-Box (1 kg/€ 42,50) **€ 51,-**



Energie Reis-Riegel

Der beliebte Wandersnack – knusprig und leicht kaubar!

Wie kaum ein anderer stellt dieser Riegel durch die hohen Reis- und Haferflockenanteile große Energiemengen aus natürlichem Ursprung bereit. Auch bei Kälte geeignet.

☉ Enthält keine Zutaten mit Laktose.

Geschmack: Himbeere

Best.-Nr. 2523 50-g-Riegel (1 kg/€ 30,-) **€ 1,50**
Best.-Nr. 2524 11er-Pack (1 kg/€ 27,27) **€ 15,-**
Best.-Nr. 2525 20er-Box (1 kg/€ 27,-) **€ 27,-**

Geschmack: Apfel

Best.-Nr. 2566 50-g-Riegel (1 kg/€ 30,-) **€ 1,50**
Best.-Nr. 2567 11er-Pack (1 kg/€ 27,27) **€ 15,-**
Best.-Nr. 2568 20er-Box (1 kg/€ 27,-) **€ 27,-**

Geschmack: Mango

Best.-Nr. 2570 50-g-Riegel (1 kg/€ 30,-) **€ 1,50**
Best.-Nr. 2571 11er-Pack (1 kg/€ 27,27) **€ 15,-**
Best.-Nr. 2572 20er-Box (1 kg/€ 27,-) **€ 27,-**

Nach dem Stich

Kühlt und beruhigt die Haut nach Insektenstichen und -bissen + lindert Juckreiz und Schmerz + passt in Hand- oder Jackentasche

Best.-Nr. 1237 10-ml-Roll-On (11/€ 490,-) **€ 4,90**



Regenerations-Turbo +BCAA

So schnell und einfach war Regenerieren noch nie – sofort trinkbar aus der Tube.

+ unkompliziert und überall dabei
+ sehr gute Verträglichkeit

Liefert die entscheidenden Nährstoffe für eine beschleunigte Regeneration unmittelbar nach der Aktivität. Zusätzlich enthalten sind die drei wichtigen verzweigt-kettigen Aminosäuren Leucin, Isoleucin und Valin (BCAA) sowie Glutamin.

☉ Laktose- und glutenfrei.

Anwendung: Direkt nach der Aktivität.

Geschmack: Exotic

Best.-Nr. 2562 50-ml-Tube (11/€ 40,-) **€ 2,-**
Best.-Nr. 2563 11er-Pack (11/€ 36,36) **€ 20,-**
Best.-Nr. 2564 18er-Box (11/€ 35,-) **€ 31,50**

Gurt-Tasche

Das Raumwunder wächst mit dem Inhalt! Die praktische und extrem dehnbare Tasche passt sich jedem Inhalt optimal an und wird bequem um die Hüfte getragen.

+ extrem dehnbare Tasche
+ alles bequem verstaut
+ Wertsachen jederzeit griffbereit

Best.-Nr. 2543 1 Tasche **€ 18,-**



Fireprotect Hautschutzcreme

Der Schutz vor Wundreiben. Durch Einreiben legt sich ein schützender und trockener Film auf die Haut, sodass dem Wundreiben Einhalt geboten wird. Die Haut wird widerstandsfähiger und elastischer.

Best.-Nr. 2514 100-ml-Tube (11/€ 59,-) **€ 5,90**
Best.-Nr. 96058 15-ml-Tube (11/€ 100,-) **€ 1,50**



Vitamin C + Zink Depot-Kapseln

Für gute Abwehrkräfte - nur 1x täglich! Jede Kapsel enthält 300 mg Vitamin C und 5 mg Zink.

Best.-Nr. 2509 180 Kapseln **€ 8,50**
ab 3 Packungen **€ 7,80**



Aloe-Vera-Sonnenschutzmilch

Lichtschutzfaktor 30. Enthält natürliches Aloe-Vera-Gel. So ist ein Schutz vor UVA- und UVB-Strahlen gewährleistet. Verteilt sich gut auf der Haut und zieht schnell ein.

Best.-Nr. 1388 250-ml-Flasche (11/€ 60,-) **€ 15,-**



Sport Balsam

Ein Muss in jeder Sporttasche. Vielfach bewährt bei Überlastung der Muskulatur und Gelenke sowie bei Stauchungen, Prellungen und Verspannungen.

Best.-Nr. 2529 150-ml-Tube (11/€ 80,-) **€ 12,-**



Anti-Moskito-Spray

Schützt zuverlässig bis zu 6 Stunden vor Stichen und bis zu 4 Stunden vor Zecken. Zitronigfrischer Duft. Gute Hautverträglichkeit. Vertrieb aus rechtlichen Gründen nur in Deutschland möglich.

Best.-Nr. 1535 125-ml-Flasche (11/€ 76,-) **€ 9,50**



Aloe-Vera-Lippenpflegecreme

Zieht schnell ein und macht spröde Lippen wieder weich und geschmeidig. Mit den schützenden Wirkstoffen der Aloe-Vera (60%). Mit Lichtschutzfaktor 6

Best.-Nr. 1391 15-ml-Tube (11/€ 213,33) **€ 3,20**

Weitere Sportarten



Die Sportwelt profitiert von unseren Ernährungstipps

Jegliche Art körperlicher Betätigung setzt die Zufuhr von wichtigen Nährstoffen, wie z. B. Kohlenhydraten, Salz und Flüssigkeit, voraus. Vor allem bei schweißtreibenden Aktivitäten verliert der Körper beachtliche Natriummengen sowie Wasser und nutzt Kohlenhydrate als schnellen Energielieferanten für die Muskulatur. Das Wiederauffüllen dieser Ressourcen ist daher von großer Bedeutung. Bestenfalls sollten die Speicher bei hohen Herausforderungen schon im Vorhinein gefüllt werden. Regenerativ spielen hochwertige Eiweiße eine Rolle, die möglichst schnell nach dem Sport zur Verfügung gestellt werden sollten.

Von unseren Ernährungsratschlägen und unserer weitreichenden Erfahrung profitieren Sportler bei nationalen

und internationalen Wettkämpfen. Neben den klassischen Ausdauersportarten und dem Fußball ist das Sanct-Bernhard-Sport-Team auch im Handball, Tennis, Judo, Kanu, Winter-, Kampfsport, der Leichtathletik sowie vielen weiteren Disziplinen hautnah dabei und stellt sich den individuellen Bedürfnissen der Athleten. Genauso machen sich zahlreiche Hobbysportler die Sanct-Bernhard-Sport-Ernährungsstrategien bei ihren Aktivitäten zu eigen.

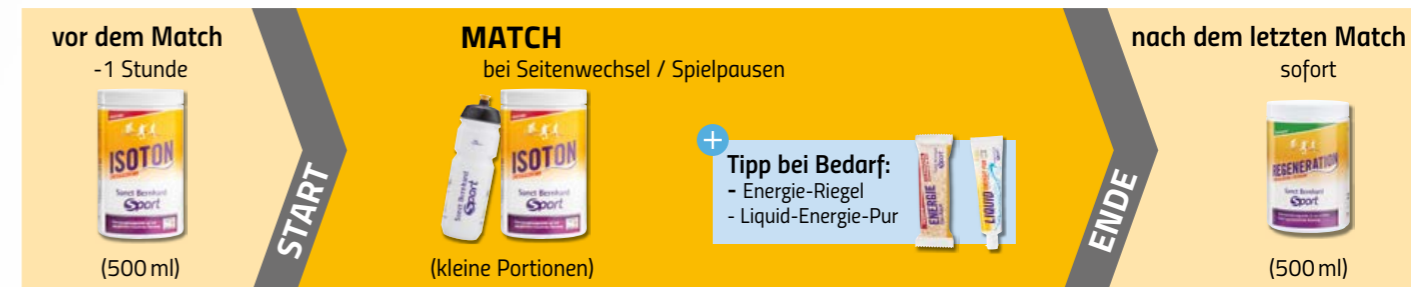
Unser Tipp: Welche Sportart du auch betreibst, deine ideale Empfehlung kannst du im Folgenden einsehen.

Deine Verzehrempfehlung

Handball



Tennis



Judo



Zusammensetzung
Abgestimmte Kohlenhydrate sowie wichtige Mineralstoffe: Natrium, Kalium, Calcium und Magnesium.

Geschmack
Säuerlich-erfrischend – ermöglicht den Konsum über einen langen Zeitraum.

Hohe Verträglichkeit
Verzicht auf Vitamine, künstliche Farbstoffe sowie auf Laktose und Gluten.

Isoton Energiedrink

Langanhaltend und erfrischend – speziell konzipiert für eine hohe Belastung. Die optimierte Zusammensetzung aus kurz- und mittelkettigen Kohlenhydraten trägt zum Erhalt der Ausdauerleistung in der Belastungsphase bei.

Die zugesetzten Mineralstoffe ersetzen die durch die Transpiration ausgeschiedenen Elektrolyte. Insbesondere Kalium, Calcium und Magnesium sind für eine einwandfreie Muskelfunktion entscheidend. Schon ein Flüssigkeitsverlust von 2% des Körpergewichts (1–2l) führt zu einem Leistungsabfall von ca. 20%. Ein schneller Ersatz verloren gegangener Flüssigkeit ist deshalb wichtig. Sehr gut verträglich.

☑ Laktosefrei und glutenfrei.

Anwendung: Vor und während der Aktivität.

Geschmack: Pfirsich-Maracuja

Best.-Nr. 2511			
900-g-Dose (= 12,5 Liter)	(1kg/€ 16,67)	€ 15,-	
ab 3 Dosen	(1kg/€ 15,-)	€ 13,50	
Best.-Nr. 2530			
36-g-Sachet (= 0,5 Liter)	(1kg/€ 20,83)	€ 0,75	
Best.-Nr. 2531			
11er-Sachet-Packung	(1kg/€ 18,94)	€ 7,50	

Geschmack: Sauerkirsche

Best.-Nr. 2539			
900-g-Dose (= 12,5 Liter)	(1kg/€ 16,67)	€ 15,-	
ab 3 Dosen	(1kg/€ 15,-)	€ 13,50	
Best.-Nr. 2540			
36-g-Sachet (= 0,5 Liter)	(1kg/€ 20,83)	€ 0,75	
Best.-Nr. 2541			
11er-Sachet-Packung	(1kg/€ 18,94)	€ 7,50	

Geschmack: Blutorange

Best.-Nr. 2526			
900-g-Dose (= 12,5 Liter)	(1kg/€ 16,67)	€ 15,-	
ab 3 Dosen	(1kg/€ 15,-)	€ 13,50	



Mineral Pur Drink

Die wertvolle Elektrolytquelle bei niedriger Belastung. Erfrischend und kalorienfrei. Dieses gut lösliche Mineralstoffpulver zur einfachen Herstellung eines Drinks liefert wichtige Elektrolyte (Natrium, Chlorid, Kalium, Calcium und Magnesium), die bei erhöhtem Schweißverlust ausgeglichen werden sollten und im Körper bedeutende Funktionen übernehmen. Die EFSA (Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit) bestätigt, dass Calcium und Magnesium eine normale Muskelfunktion unterstützen. Darüber hinaus hilft Magnesium, das Elektrolytgleichgewicht zu halten. Ideal zum Beispiel bei:

- + Grundagentraining
- + Gymnastik
- + Abnehm-Programm
- + Wandern
- + Fitnessstudio

☑ Kalorienfrei, laktosefrei und glutenfrei.
Anwendung: Vor und während der Aktivität.

Geschmack: Zitrone

Best.-Nr. 2582			
100-g-Packung (= 14-21 Liter)	(1kg/€ 85,-)	€ 8,50	
ab 3 Packungen	(1kg/€ 78,-)	€ 7,80	

Geschmack: Apfel

Best.-Nr. 2581			
100-g-Packung (= 14-21 Liter)	(1kg/€ 85,-)	€ 8,50	
ab 3 Packungen	(1kg/€ 78,-)	€ 7,80	

Die Innovation
Die lang erwünschte Weiterentwicklung des Gels in flüssiger Form mit hoher Energieverfügbarkeit.

Sofort trinkbar
Extrem dünnflüssige Konsistenz.

Hohe Verträglichkeit
Verzicht auf Laktose und Gluten sowie auf künstliche Farbstoffe und Vitamine.



Liquid Energie Pur

Der schnelle und langanhaltende Energiekick flüssig aus der Tube.

In der praktischen, wiederverschließbaren Tube kann dieser Energielieferant ohne zusätzliche Flüssigkeitszufuhr getrunken werden. Hoch konzentriert mit kurz- und mittelkettigen Kohlenhydraten für eine gestaffelt freigesetzte Energiezufuhr, sinnvoll ergänzt mit Natrium und Kalium, das zu einer normalen Muskelfunktion beiträgt.

Bestens geeignet in Kombination mit unserem Isoton-Energiedrink. Ideal für Ausdauersportler! Sehr gut verträglich.

☑ Laktosefrei und glutenfrei.

Anwendung: Während der Aktivität.

Geschmack: Pfirsich-Maracuja

Best.-Nr. 2545	50-ml-Tube	(11/€ 28,-)	€ 1,40
Best.-Nr. 2547	11er-Pack	(11/€ 25,45)	€ 14,-
Best.-Nr. 2546	18er-Box	(11/€ 25,-)	€ 22,50
Best.-Nr. 2548	500ml	(11/€ 24,-)	€ 12,-

Geschmack: Kirsche

Best.-Nr. 2554	50-ml-Tube	(11/€ 28,-)	€ 1,40
Best.-Nr. 2555	11er-Pack	(11/€ 25,45)	€ 14,-
Best.-Nr. 2556	18er-Box	(11/€ 25,-)	€ 22,50

FLÜSSIGER ENERGIEKICK





Energie Reis-Riegel

Ein wahrer Energiehammer – knusprig und leicht kaubar!

Wie kaum ein anderer stellt dieser Riegel durch die hohen Reis- und Haferflockenanteile große Energiemengen aus natürlichem Ursprung bereit. Die leicht verdaulichen Reis-crispies, der hohe Kohlenhydratgehalt von 72% sowie der fruchtige Geschmack machen den Riegel zum idealen Begleiter, wenn höchste Leistung gefordert wird. Auch bei Kälte geeignet.

☑ Enthält keine Zutaten mit Laktose.

Geschmack: Himbeere

Best.-Nr. 2523	50-g-Riegel	(1kg/€ 30,-)	€ 1,50
Best.-Nr. 2524	11er-Pack	(1kg/€ 27,27)	€ 15,-
Best.-Nr. 2525	20er-Box	(1kg/€ 27,-)	€ 27,-

Geschmack: Apfel

Best.-Nr. 2566	50-g-Riegel	(1kg/€ 30,-)	€ 1,50
Best.-Nr. 2567	11er-Pack	(1kg/€ 27,27)	€ 15,-
Best.-Nr. 2568	20er-Box	(1kg/€ 27,-)	€ 27,-

Geschmack: Mango

Best.-Nr. 2570	50-g-Riegel	(1kg/€ 30,-)	€ 1,50
Best.-Nr. 2571	11er-Pack	(1kg/€ 27,27)	€ 15,-
Best.-Nr. 2572	20er-Box	(1kg/€ 27,-)	€ 27,-



Bio⁵ Aktiv-Riegel

Der leckere Fruchtsnack!

Ideal für unterwegs, zum Beispiel beim Wandern, Radfahren oder Laufen. Durch seine schnell sättigende Wirkung wird dem insbesondere bei Ausdauersportlern gefürchteten „Hungerast“ vorgebeugt. Angenehm fruchtiger, säuerlich erfrischender Geschmack. Sehr gut verträglich. Ohne Zuckerzusatz oder künstliche Zusatzstoffe.

☑ Laktosefrei und glutenfrei.

Geschmack: Cranberry

Best.-Nr. 2520	40-g-Riegel	(1kg/€ 47,50)	€ 1,90
Best.-Nr. 2521	11er-Pack	(1kg/€ 43,18)	€ 19,-
Best.-Nr. 2522	30er-Box	(1kg/€ 42,50)	€ 51,-

NEU



Protein-Riegel 32%

Leckerer Protein-Snack – mit 32% Protein!

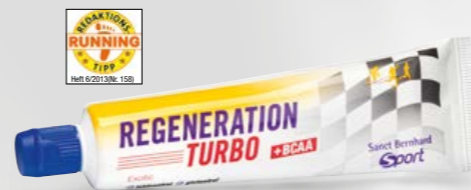
Dieser Protein-Riegel besticht mit hochwertigen, veganen Zutaten und einem angenehmen Cappuccino-Geschmack. Darüber hinaus sorgen die knusprigen Protein-Crispies kombiniert mit feinem Kakao für einen unverwechselbaren Genuss. Ein praktischer Snack nach dem Sport und ebenso ideal für zwischendurch. Vegan

☑ Laktosefrei.

Geschmack: Cappuccino

Best.-Nr. 2584	35-g-Riegel	(1kg/€ 45,71)	€ 1,60
Best.-Nr. 2585	11er-Pack	(1kg/€ 41,56)	€ 16,-
Best.-Nr. 2586	20er-Box	(1kg/€ 40,71)	€ 28,50

DE-ÖKO-005



Regenerations-Turbo +BCAA

So schnell und einfach war Regenerieren noch nie – sofort trinkbar aus der Tube.

- + unkompliziert und überall dabei
- + sehr gute Verträglichkeit

Liefert die entscheidenden Nährstoffe für eine beschleunigte Regeneration unmittelbar nach der Aktivität. Zusätzlich enthalten sind die drei wichtigen verzweigtkettigen Aminosäuren Leucin, Isoleucin und Valin (BCAA) sowie Glutamin.

Sehr gut verträglich.

☑ Laktosefrei und glutenfrei.

- ☑ Aminosäuren
- ☑ Kohlenhydrate
- ☑ Mineralstoffe
- ☑ Vitamine

Anwendung: Direkt nach der Aktivität.

Geschmack: Exotic

Best.-Nr. 2562	50-ml-Tube	(1l/€ 40,-)	€ 2,-
Best.-Nr. 2563	11er-Pack	(1l/€ 36,36)	€ 20,-
Best.-Nr. 2564	18er-Box	(1l/€ 35,-)	€ 31,50

Dein Mengenrabatt

- ab 60,- € 3 % Rabatt
- ab 100,- € 4 % Rabatt
- ab 200,- € 5 % Rabatt
- ab 500,- € 7 % Rabatt



Regeneration Mineraldrink-Premium

Der Nährstoffmix nach niedriger Belastung. Um ein wirksames Wiederauffüllen der Speicher zu gewährleisten, enthält dieser Drink eine ausgewogene Kombination aus verwertbaren Kohlenhydraten und Mineralstoffen.

Zusätzlich enthalten sind B-Vitamine, die für einen funktionierenden Energiestoffwechsel sorgen. Magnesium sowie die Vitamine B2, B6 und Niacin vermindern schnell die Müdigkeit nach der Anstrengung, während Kalium eine normale Muskelfunktion unterstützt.

Sehr gut verträglich.

☑ Laktosefrei und glutenfrei.

- ☑ Kohlenhydrate
- ☑ Mineralstoffe
- ☑ Vitamine

Anwendung: Nach der Aktivität.

Geschmack: Granatapfel

Best.-Nr. 2537	750-g-Dose (= 18,75 Liter)	(1kg/€ 20,-)	€ 15,-
ab 3 Dosen		(1kg/€ 18,-)	€ 13,50

Best.-Nr. 2551

20-g-Sachet (= 0,5 Liter)	(1kg/€ 37,50)	€ 0,75
---------------------------	---------------	--------

Best.-Nr. 2552

11er-Sachet-Packung	(1kg/€ 34,09)	€ 7,50
---------------------	---------------	--------

Geschmack: Grapefruit

Best.-Nr. 2549	750-g-Dose (= 18,75 Liter)	(1kg/€ 20,-)	€ 15,-
ab 3 Dosen		(1kg/€ 18,-)	€ 13,50

Proteindrink Regenerationsturbo

Die Nährstoffquelle mit hochwertigem Eiweiß nach hoher Belastung.

Dieser Drink liefert wichtige Kohlenhydrate und Mineralstoffe, um die entleerten Speicher zeitnah wiederaufzutanken. Über das enthaltene hochwertige Molkenprotein werden außerdem entscheidende Aminosäuren bereitgestellt, welche die "Bausteine" für erschöpfte Muskeln sind.

Besonderer Vorteil: Zubereitung in Wasser.

Sehr gut verträglich.

☑ Laktosefrei und glutenfrei.

- ☑ Eiweiß
- ☑ Kohlenhydrate
- ☑ Mineralstoffe
- ☑ Vitamine

Anwendung: Nach der Aktivität.

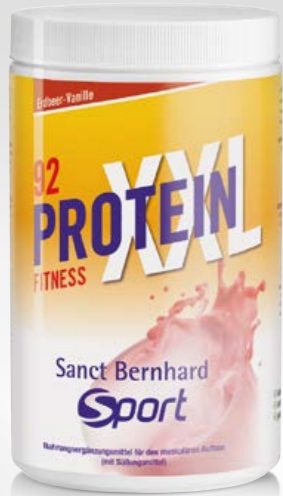
Geschmack: Granatapfel

Best.-Nr. 2538	750-g-Dose (= 6,8 Liter)	(1kg/€ 33,33)	€ 25,-
ab 3 Dosen		(1kg/€ 30,67)	€ 23,-

Geschmack: Orange

Best.-Nr. 2579	725-g-Dose (= 6,5 Liter)	(1kg/€ 34,48)	€ 25,-
ab 3 Dosen		(1kg/€ 31,72)	€ 23,-

Proteine



Whey-Protein 100%

Der hoch angereicherte Eiweiß-Lieferant mit 100% natürlichem Molkenprotein. Für die gezielte Nahrungsergänzung mit ernährungsphysiologisch hochwertigem Molkenprotein. Neutral im Geschmack, frei von Aromen, Farbstoffen oder Süßungsmitteln eignet sich das Pulver ideal zur Proteianreicherung von Speisen oder Getränken.

Molkenprotein wird vom Körper sehr gut aufgenommen und versorgt ihn mit wichtigen Aminosäuren. Eine Portion liefert 24 g Eiweiß, enthält geringe Mengen von Kohlenhydraten und Fett, weshalb das Eiweißkonzentrat ein optimaler Begleiter während kalorienreduzierter Ernährungsphasen ist. Weiterhin werden mit einem BCAA-Gehalt von über 5 g reichlich verzweigt-kettige essenzielle Aminosäuren (Valin, Leucin und Isoleucin) bereitgestellt, die beim Muskelaufbau eine entscheidende Rolle spielen. Besonders Sportler können damit einen wichtigen Beitrag zur effizienten Zunahme und Erhaltung ihrer Muskelmasse leisten.

Whey-Protein 100% wird in modernen Herstellungsstätten durch schonende Ultrafiltration gewonnen. Es besticht mit seiner exzellenten biologischen Wertigkeit von 104, was die hervorragende Qualität unterstreicht und eine besonders leichte Verwertbarkeit durch den Körper gewährleistet.

- + 24 g Eiweiß pro Portion
- + hoher BCAA-Gehalt (>5 g pro Portion)
- Zubereitung in Müsli, Smoothie, Joghurt,...
- 🚫 Fruktosefrei und glutenfrei.
- ✅ Eiweiß

Geschmack: Neutral

Best.-Nr. 2569
1,2-kg-Pack (= 40 Portionen) (1kg/€ 29,17) € 35,-
ab 3 Packungen (1kg/€ 27,92) € 33,50

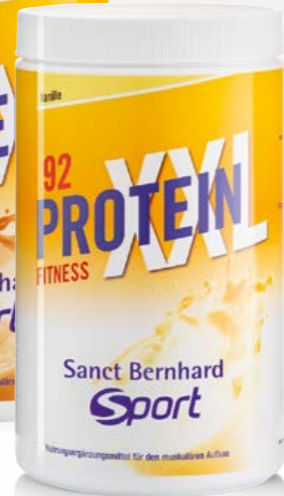
Proteindrink XXL 92

Der cremige und gut trinkbare Fitness-Shake für den muskulären Aufbau.

Liefert ideal abgestimmte Proteine aus Molkenisolat, Calciumcaseinat und Ei, die zur Zunahme und zur Erhaltung von Muskelmasse beitragen. Außerdem ist der Drink als ergänzende Eiweißquelle während figurbetonter Trainingsphasen oder bei einem erhöhten Eiweißbedarf zu empfehlen.

Abgerundet wird das Getränk mit den Vitalstoffen Magnesium, Zink und Vitamin B6, die zu einem normalen Proteinstoffwechsel beitragen. Eine gesunde Funktion des Immunsystems wird durch Zink und Vitamin B6 unterstützt. Dank des enthaltenen Magnesiums und Vitamin B6 wird die Erschöpfung verringert.

- + mit nativem, ultrafiltriertem Molkenisolat
- + enthält natürlicherweise BCAAs
- + exzellente Löslichkeit
- + ohne künstliche Farbstoffe
- + nur mit Stevia gesüßt
- Zubereitung in Wasser oder Milch
- 🚫 Fruktosefrei und glutenfrei.
- ✅ Eiweiß
- ✅ Mineralstoffe
- ✅ Vitamine



Geschmack: Erdbeer-Vanille

Best.-Nr. 2558
450-g-Dose (= 15 Portionen) (1kg/€ 54,44) € 24,50
ab 3 Dosen (1kg/€ 51,11) € 23,-

Geschmack: Vanille

Best.-Nr. 2557
450-g-Dose (= 15 Portionen) (1kg/€ 54,44) € 24,50
ab 3 Dosen (1kg/€ 51,11) € 23,-

Geschmack: Schoko

Best.-Nr. 2559
450-g-Dose (= 15 Portionen) (1kg/€ 54,44) € 24,50
ab 3 Dosen (1kg/€ 51,11) € 23,-

Nahrungsergänzung

i Magnesium unterstützt eine normale Funktion der Muskeln, insbesondere bei Sport und körperlicher Anstrengung, und fördert so das Wohlbefinden – auch nachts – durch lockere, entspannte Muskeln und Waden.

1x täglich



Magnesium 400 supra Kapseln

Hoch dosiert – nur 1x täglich!
Magnesium unterstützt das Elektrolytgleichgewicht, was insbesondere für ambitionierte Sportler entscheidend ist.

Jede Kapsel enthält 400 mg reines Magnesium und deckt den Magnesium-Bedarf eines Erwachsenen am Tag.

Best.-Nr. 2517 120 Kapseln € 8,50
ab 3 Packungen € 7,50

Calcium + Magnesium Tabletten

Unentbehrlich für stabile Knochen und eine gesunde Muskelfunktion.
Calcium hat unter anderem einen wesentlichen Anteil an der Bildung der anorganischen Substanz der Knochen und Zähne und spielt außerdem eine Rolle bei der Zellteilung und dem Energiestoffwechsel.

Calcium und Magnesium sind Mineralstoffe, die für viele Lebensfunktionen im menschlichen Organismus notwendig sind.
Jede Tablette enthält 300 mg Calciumcarbonat, 200 mg Magnesiumcarbonat (entsprechend 120 mg Calcium und 50 mg Magnesium) 1,25 µg Vitamin D3 trägt zur Aufnahme und Verwertung von Calcium bei.

Best.-Nr. 2501 400 Tabletten € 8,50
ab 3 Packungen € 7,50





Faszien-Fit für Bänder und Sehnen

Eine sinnvolle Kombination bioaktiver Kollagenpeptide (Tendoforte®) mit Vitamin C, Mangan und Vitamin B2.

Sportler sind auf einen gesunden, funktionsfähigen Bewegungsapparat angewiesen. Oft vergessen werden dabei die Faszien, ein zusammenhängendes Netzwerk aus kollagenem Bindegewebe, Bändern und Sehnen, das den gesamten menschlichen Körper durchzieht und für Beweglichkeit und Stabilität eine wichtige Rolle spielt. Fehlbelastungen, chronischer Stress und ungeschickte Bewegungen beim Sport oder im Alltag können dazu führen, dass Faszien, Bänder und Sehnen überlastet werden und die Mobilität kurzfristig oder dauerhaft eingeschränkt wird.

Begleitend zu gezielten Sportübungen kann Faszien-Fit dazu beitragen, das körpereigene Bindegewebe inklusive Bändern und Sehnen gesund und funktionstüchtig zu erhalten. Eine sinnvolle Kombination bioaktiver Kollagenpeptide (Tendoforte®) mit Vitamin C, Mangan und Vitamin B2 unterstützt den Erhalt der funktionalen Struktur von Faszien, Bändern und Sehnen. Nachweislich trägt Vitamin C zur Kollagenbildung bei und Mangan zu einer normalen Bindegewebsbildung. Vitamin B2 unterstützt einen normalen Energiestoffwechsel des Körpers.

Best.-Nr. 2583	30 Portionen	
	für 1 Monat	€ 21,-
	ab 3 Packungen	€ 19,-



Glucosamin-Chondroitin Plus-Trinkpulver

Nahrungsergänzungsmittel mit Glucosamin, Chondroitin, Collagen-Hydrolysat (Fortigel®), Vitamin C, Vitamin B2 und Mangan.

Ergänzt die tägliche Ernährung gezielt mit Vitamin C, Vitamin B2 und Mangan, die wichtig für Knorpelaufbau, Beweglichkeit und Belastbarkeit der Gelenke sind, insbesondere von Knie und Hüfte. Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung bei, die für eine gesunde Funktion von Knorpeln und Knochen notwendig ist. Mangan trägt ebenso zum Erhalt gesunder Knochen sowie zur Bindegewebsbildung bei.

Empfehlenswert auch für Leistungssportler nach der Saison.

Best.-Nr. 2528	30 Portionen	
	für 1 Monat	€ 27,50
	ab 3 Packungen	€ 25,-

i Glucosamin und Chondroitin sind wesentliche Bestandteile der Knorpelsubstanz und des Knorpelgewebes.

Collagen-Hydrolysat ist für die Funktion der Gelenke von besonderer Bedeutung, da die Gelenkknorpel zu rund 70% aus Kollagen bestehen. Collagen-Hydrolysat (Fortigel®) wird vom Körper besonders gut aufgenommen.

Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung bei, die für eine gesunde Funktion von Knorpeln und Knochen notwendig ist.

Mangan trägt zur Erhaltung normaler Knochen und zu einer normalen Bindegewebsbildung bei.



Kreatin Monohydrat

Unser hochwertiges Kreatin-Monohydrat bietet eine effektive Möglichkeit, die körperliche Leistung bei Schnellkrafttraining im Rahmen kurzzeitiger, intensiver Tätigkeit zu erhöhen, was bei einer von uns empfohlenen Verzehrsempfehlung von 3 Gramm täglich gewährleistet ist. Eine ausgewogene Ernährung spielt eine entscheidende Rolle für Sportler, insbesondere für Kraftsportler, die an Muskelwachstum interessiert sind. Unser Kreatin-Monohydrat Pulver ermöglicht es, den täglichen Kreatin-Bedarf zu decken und so dem Körper ausreichend Energie zuzuführen. Das Pulver ist einfach zu dosieren und kann mit Wasser oder Saft gemischt werden. Es ist geschmacksneutral und löst sich schnell auf, sodass es problemlos vor oder nach dem Training eingenommen werden kann. Die optimale Ergänzung für das Training!

Geschmack: Neutral

Best.-Nr. 2580		
600-g-Dose (= 170 Portionen)	(1kg/€ 58,25)	€ 34,95
ab 3 Dosen	(1kg/€ 54,17)	€ 32,50



Kreatin + Magnesium Kapseln

Für die Versorgung der Muskelzellen.

Kreatin ist eine körpereigene, natürliche Substanz, die bei der Energieversorgung der Muskelzellen eine wichtige Rolle spielt. Vor allem Sportler sind auf eine ausreichende Versorgung mit Kreatin angewiesen. Laut Stellungnahme der EFSA, der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit, erhöht Kreatin ab einer täglichen Aufnahmemenge von 3 g die körperliche Leistung bei Schnellkrafttraining im Rahmen kurzzeitiger intensiver körperlicher Betätigung. Eine Nahrungsergänzung mit Kreatin ist daher besonders bei erhöhtem Bedarf durch sportliche Belastung sehr zu empfehlen. Die Kombination von Kreatin mit Magnesium ist sinnvoll, da Magnesium zu einem gesunden Energiestoffwechsel sowie zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung beiträgt.

Jede Kapsel enthält 400 mg reines Kreatin bester Qualität und 25 mg reines Magnesium.

Best.-Nr. 2510	200 Kapseln	€ 11,50
	ab 3 Packungen	€ 10,74

Vitamin C + Zink Depot-Kapseln

Für gute Abwehrkräfte – nur 1x täglich! Vitamin C und Zink sind wichtig für ein vitales, aktives Immunsystem. Vitamin C erhöht darüber hinaus die Eisenaufnahme des Körpers und trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei. Zink trägt zu einem normalen Säure-Basen-, Kohlenhydrat- und Fettsäurestoffwechsel bei.

Jede Kapsel enthält 300 mg Vitamin C und 5 mg Zink in einer besonderen Kapselentwicklung. Diese setzt das Vitamin C und Zink langsam, über den ganzen Tag verteilt, frei.

Best.-Nr. 2509	180 Kapseln	€ 8,50
	ab 3 Packungen	€ 7,80



Eisen + Vitamin C Kapseln

Für einen leistungsfähigen Körper.

Eisen ist besonders wichtig, denn es ist Bestandteil des Hämoglobins, das den roten Blutkörperchen (Erythrozyten) ihre Farbe gibt und den eingeatmeten Sauerstoff aus der Lunge über den Blutkreislauf in alle Körperzellen transportiert. Ausdauer- und Leistungssportler benötigen Eisen für einen normalen, ausreichenden Sauerstofftransport im Körper. Eisen trägt darüber hinaus zu einem normalen Energiestoffwechsel und zur Verringerung der Ermüdung bei. Vitamin C unterstützt die Aufnahme von Eisen und leistet einen Beitrag zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress.

Jede Kapsel enthält 60 mg Vitamin C und 10 mg Eisen.

Best.-Nr. 2515	180 Kapseln	€ 9,50
	ab 3 Packungen	€ 8,80



A-Z-Kapseln

Der umfassende Vitalstofflieferant – nur 1 x täglich!

Bei sportlicher Betätigung steigt der Bedarf an Vitaminen und Mineralstoffen. Von Experten wird deshalb ein sinnvoll zusammengesetztes Multivitaminpräparat empfohlen – am besten kombiniert mit Mineralstoffen und Spurenelementen. A-Z-Kapseln mit 24 Vitalstoffen unterstützen den Sportler dabei, den erhöhten Bedarf an Vitaminen und Mineralstoffen zu decken.

Best.-Nr. 2500 150 Kapseln € 7,95
ab 3 Packungen € 6,95



L-Carnitin-Kapseln

L-Carnitin spielt im Energie- und Fettstoffwechsel der Zellen als Biocarrier für den Transport langkettiger Fettsäuren in die Mitochondrien eine Rolle.

Als körpereigener, natürlicher Nährstoff ist L-Carnitin vor allem in Fleisch vorhanden, aber auch in geringerer Konzentration in Gemüse, Obst- oder Milchprodukten.



Carnipure™ bietet reines L-Carnitin und ist ein Warenzeichen der Lonza AG, Schweiz.

Jede Kapsel enthält 300 mg reines L-Carnitin.

Best.-Nr. 2503 180 Kapseln € 16,50
ab 3 Packungen € 15,-

Q10-Plus-Kapseln

Natürliches Q10, Vitamine und Antioxidantien.

Das Coenzym Q10 ist ein wichtiger Bestandteil unserer täglichen Nahrung. Mit zunehmendem Alter und bei einseitiger Ernährung ist eine Ergänzung empfehlenswert.

Das Plus für Ihre Gesundheit: Selen schützt den Körper vor oxidativem Stress, also freien Radikalen, und trägt zur normalen Funktion des Immunsystems bei. Die B-Vitamine Niacin, Pantothensäure und Thiamin tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel bei. Thiamin unterstützt außerdem eine gesunde, normale Herzfunktion.

Jede Kapsel enthält 50 mg natürliches Coenzym Q10 plus 27 I.E. Vitamin E, 55 µg Selen, 45 mg Magnesium, 24 mg Niacin, 9 mg Pantothensäure, 2,1 mg Vitamin B6, 2,1 mg Vitamin B2, 1,65 mg Vitamin B1, 300 µg Folsäure, 75 µg Biotin und 3,75 µg Vitamin B12.

Best.-Nr. 2502 150 Kapseln € 25,-
ab 3 Packungen € 23,-

Spirulina-Algen-Kapseln

Ein reines Naturprodukt aus der blaugrünen Mikroalge „*Spirulina pacifica hawaii*“.

Wegen ihrer Fähigkeit, über ihre Oberfläche selektiv Nährstoffe aus dem Wasser aufzunehmen, sind Spirulina-Algen mit ihrer unveränderten, biologisch ausgeglichenen Zusammensetzung insbesondere bei Sportlern, aber auch im Rahmen von Diät, Fasten- und Schlankheitskuren als Nahrungsergänzung sehr beliebt.

Jede Kapsel enthält 300 mg hochwertige natur belassene Spirulina-Mikroalgen.

Best.-Nr. 2507 360 Kapseln € 16,50
ab 3 Packungen € 15,-

Schutz und Pflege



Vital-Hautmilch

Erfrischt und belebt den Körper nach dem Sport, beugt Entzündungen und Ermüdungserscheinungen vor.

Mit Rosskastanie und Hamamelis sowie Kräuterwirkstoffen und Vitaminen in einer hautpflegenden Grundlage. Wirkt durchblutungsfördernd, entzündungshemmend und hautstraffend. Erfrischt und belebt Haut und Muskeln nach dem Sport und beugt Ermüdungserscheinungen vor. Pflegt die Haut glatt und geschmeidig. Auch geeignet nach der Beinrasur, um Entzündungen vorzubeugen.

Anwendung: Nach der Aktivität.

Best.-Nr. 2508 500-ml-Flasche (11/€ 17,80) € 8,90
ab 2 Flaschen (11/€ 16,40) € 8,20
Best.-Nr. 96049 25-ml-Tube (11/€ 60,-) € 1,50

Sport-Balsam

Ein Muss für jede Sporttasche.

Vielfach bewährt bei Überlastung der Muskulatur und Gelenke sowie bei Stauchungen, Prellungen und Verspannungen. Eine Massage mit dem Sport-Balsam entspannt und entkrampft, fördert die Durchblutung, erzeugt ein wohligh wärmendes Gefühl und unterstützt die Regeneration. Die enthaltenen Wirkstoffe aus Arnika und Weihrauch dringen tief in die Haut und das Gewebe ein und wirken in den Problembereichen.

Best.-Nr. 2529 150-ml-Tube (11/€ 80,-) € 12,-



Beratung + Bestellung unter Tel. 07334 / 96 540 oder sanct-bernhard-sport.de



Schützt:

- + Gesäß
- + Schenkel
- + Brust
- + Arme



Fireprotect Hautschutzcreme

Der Schutz vor Wundreiben.

Bei bewegungsintensiven Sportarten wird die empfindliche Haut zum Beispiel am Gesäß, den Schenkeln, der Brust oder unter den Armen stark beansprucht. Durch Einreiben mit der Fireprotect-Creme legt sich ein schützendes und trockener Film auf die Haut, sodass dem Wundsitzen oder Wundreiben, dem gefährdeten „Wolf“, Einhalt geboten wird. Die Haut wird widerstandsfähiger und elastischer. Natürliche Extrakte aus Ringelblume und Birkenrinde wirken entzündungshemmend und besänftigend.

- + Radfahrer sitzen auf einer zweiten Haut
- + Läufer verzichten auf das Abkleben

Ohne Konservierungsmittel.

Anwendung: Vor der Aktivität.

- Best.-Nr. 2514 100-ml-Tube (11/€ 59,-) € 5,90
- Best.-Nr. 96058 15-ml-Tube (11/€ 100,-) € 1,50

Warm-up Massageöl

Gutes Aufwärmen erhöht die Leistungsfähigkeit und reduziert Verletzungen. Auch bei Verspannungen zu empfehlen.

Wertvolle Kräuterauszüge und ätherische Öle fördern die Hautdurchblutung und unterstützen die Aufwärmphase. Muskelkater und Verspannungen werden gemildert. Die hochwertigen und wirksamen Kräuterauszüge und ätherischen Öle, wie Pfefferminz-, Eukalyptus-, Wintergrün- und 24-Kräuteröl, verstärken den Lockerungs-Aufwärmeeffekt und fördern die Durchblutung der Haut. Das Massageöl wird gleichmäßig aufgetragen und zur Verstärkung der Wirkung einmassiert. Mandel- und Jojobaöl machen die Haut geschmeidig und regulieren den natürlichen Feuchtigkeitsgehalt der Haut.

Anwendung: Vor der Aktivität.

- Best.-Nr. 2518 100-ml-Flasche (11/€ 49,50) € 4,95
- Best.-Nr. 2505 250-ml-Flasche (11/€ 38,-) € 9,50
- Best.-Nr. 2516 500-ml-Flasche (11/€ 33,-) € 16,50



Ringelblumen-Regenerationscreme

Unterstützt die Erholung strapazierter Hautpartien.

Altbewährte Zusammensetzung mit Ringelblume, Weizenkeimöl, Allantoin und natürlichen Feuchthaltefaktoren.

Bei bewegungsintensiven Sportarten wie dem Laufen, Joggen, Wandern, Reiten oder Radfahren wird die empfindliche Haut zum Beispiel am Gesäß, den Schenkeln, der Brust oder unter den Armen stark beansprucht. Gereizte, gerötete Stellen sind oft die Folge. Deshalb empfehlen wir, die Haut nach dem Sport mit unserer Ringelblumen-Regenerationscreme zu pflegen, um die gereizte Haut schnellstmöglich zu beruhigen und die Regeneration zu unterstützen. Natürliche Extrakte aus der Ringelblume wirken entzündungshemmend und besänftigend.

Anwendung: Nach der Aktivität.

- Best.-Nr. 2506 200-ml-Dose (11/€ 44,75) € 8,95

Speziell entwickelt für empfindliche Haut



Eskimo Shampoo 5% Urea

Zum täglichen Haarewaschen bei trockener, zu Juckreiz neigender Kopfhaut und trockenen Schuppen. Auch therapiebegleitend z. B. bei Neurodermitis.

Eskimo-Shampoo wirkt rückfettend, feuchtigkeitsbindend, juckreizlindernd, reinigt extra mild und schonend und ist damit auch sehr gut für strapaziertes Haar geeignet. Frei von Duft- und Farbstoffen.

- Best.-Nr. 1415 250-ml-Flasche (11/€ 24,-) € 6,-

Eskimo Handschutzcreme 5% Urea

Schenkt den Händen Schutz, Pflege und Feuchtigkeit auch unter schwierigen Bedingungen wie Kälte oder anderen widrigen Umwelteinflüssen. Enthält 5% Urea, einen natürlichen Feuchthaltefaktor in der Haut, der wegen seiner feuchtigkeitssteigernden, juckreizlindernden und keratolytischen (ab-schuppenden) Eigenschaften bei der Pflege chronisch trockener Haut zunehmend an Bedeutung gewinnt. Zieht schnell ein und macht die Haut weich und geschmeidig. Frei von Duft-, Farb- und Konservierungsstoffen.

- Best.-Nr. 1343 100-ml-Tube (11/€ 60,-) € 6,-
- ab 3 Tuben (11/€ 55,-) € 5,50

Eskimo Körperlotion 5% Urea

Wirkt feuchtigkeitspendend und beruhigend bei trockener und stark beanspruchter Haut, insbesondere bei Neurodermitis. Urea ist ein wesentlicher Bestandteil der natürlichen Feuchthaltefaktoren der Haut (NMF) und gewinnt bei der Pflege von chronisch trockenen Hautzuständen – seien sie alters- oder krankheitsbedingt – zunehmend an Bedeutung.

Eskimo-Körperlotion zieht schnell ein und hinterlässt ein angenehmes, samtiges Hautgefühl. Frei von Duft-, Farb- und Konservierungsstoffen.

- Best.-Nr. 1387 250-ml-Flasche (11/€ 28,-) € 7,-
- ab 3 Flaschen (11/€ 26,-) € 6,50

Eskimo Lippenpflegecreme

Für wunderbar sanfte, gepflegte Lippen.

Schützt die dünne, empfindliche Haut der Lippen bei aggressiven äußeren Einflüssen wie Kälte, Wind und trockener Luft. Wertvolle Inhaltsstoffe wie Aprikosenkernöl, Bienenwachs, Panthenol und Vitamin E sind eine Wohltat für rissige, trockene, spröde und gereizte Lippen. Frei von Duft- und Farbstoffen.

- Best.-Nr. 1407 15-ml-Tube (11/€ 233,33) € 3,50

Eskimo Duschgel 5% Urea

Duschpflege mit natürlichem feuchtigkeitsbindenden Urea. Zum täglichen Duschen und Händewaschen bei allen Formen trockener Haut, auch therapiebegleitend z. B. bei Neurodermitis und Psoriasis. Eskimo-Duschgel ist frei von Alkaliseifen, reinigt extra mild und schonend. Frei von Duft- und Farbstoffen.

- Best.-Nr. 1411 500-ml-Flasche (11/€ 15,-) € 7,50



Sonnenschutzmilch-Aloe-Vera LSF 30

Hoher Schutz vor Sonnenbrand. Diese Sonnenmilch enthält einen hohen Lichtschutzfaktor und natürliches Aloe-Vera-Gel. So ist ein Schutz vor UVA- und UVB-Strahlen gewährleistet.

Aloe-Vera-Sonnenschutzmilch verteilt sich gut auf der Haut und zieht schnell ein. Hoch dosiertes Aloe-Vera-Gel pflegt die Haut weich und geschmeidig, hinterlässt ein samtiges Gefühl und ist auch für den sonnenausgesetzten Körper ideal geeignet. Gleichzeitig werden Feuchtigkeitsverluste ausgeglichen und damit einer vorzeitigen Hautalterung gezielt entgegengewirkt.

Best.-Nr. 1388 250-ml-Flasche (1l/€ 60,-) € 15,-

Aloe-Vera-Lippenpflegecreme

Zieht schnell ein und macht spröde Lippen wieder weich und geschmeidig.

Mit den schützenden Wirkstoffen der Aloe-Vera (60%). Mit Lichtschutzfaktor 6

Best.-Nr. 1391 15-ml-Tube (1l/€ 213,33) € 3,20

After-Sun Hautpflege

Mit reinem Macadamia-Nussöl, Karottenöl, Ringelblumenöl, Avocadoöl, Aloe Vera, Vitamin E und natürlichen Feuchthaltefaktoren. Die feuchtigkeitsspendenden Substanzen unserer After-Sun pflegen die Haut und schützen sie vor dem Austrocknen; die Bräune bleibt dadurch länger schön und intensiv. Lindert Sonnenbrand, beruhigt gereizte Haut, beugt vorzeitiger Faltenbildung vor und dient der Regeneration strapazierter und durch Sonne geschädigter Haut.

Best.-Nr. 1417 250-ml-Flasche (1l/€ 30,-) € 7,50

Anti-Moskito-Spray

Abwehr gegen Insekten auf natürlicher Basis mit nachgewiesener Wirksamkeit. Der enthaltene Wirkstoff Citriodiol® ist ein natürlicher Extrakt aus den Blättern des Zitronen-Eukalyptus, der Mücken, Fliegen, Bremsen, Zecken und Co den Appetit verdirbt. Schützt zuverlässig bis zu 6 Stunden vor Stichen und bis zu 4 Stunden vor Zecken. Zitronigfrischer Duft. Gute Hautverträglichkeit.

Registrierungsnummer: N-53762. Biozidprodukte vorsichtig verwenden. Vor Gebrauch stets Etikett und Produktinformationen lesen. Vertrieb aus rechtlichen Gründen nur in Deutschland.

Best.-Nr. 1535 125-ml-Sprühflasche (1l/€ 76,-) € 9,50



Nach dem Stich

Kühlt und beruhigt die Haut nach Insektenstichen und -bissen

+ lindert Juckreiz und Schmerz
+ passt in Hand- oder Jackentasche

Best.-Nr. 1237 10-ml-Roll-On (1l/€ 490,-) € 4,90



Heuschnupfen-Nasensalbe

Dass der Bereich unterhalb der Nase und die äußeren Nasenflügel durch häufiges Naseputzen stark gerötet und gereizt werden, gehört zu den Begleiterscheinungen eines Heuschnupfens. Heuschnupfen-Nasensalbe bildet hier einen schützenden und lang haftenden Film, wodurch eine wohltuende Befeuchtung und Pflege herbeigeführt wird.

Best.-Nr. 218 10-ml-Tube (1l/€ 395,-) € 3,95

Zubehör



Tacx-Trinkflasche

Bio-Trinkflasche (kompostierbar), BPA-frei und spülmaschinenfest.

Best.-Nr. 2513 500-ml-Flasche € 2,95
Best.-Nr. 2519 750-ml-Flasche € 3,95



Fitnessband

Das kleine und effektive Sportgerät für Stretching, Pilates, Reha-Sport und Physio-Gymnastik – inkl. Übungsanleitung. Größe: 30 x 5 cm Farbe: gelb – Stärke: leicht

Best.-Nr. 2544 1 Stück € 3,50

Komfort-Shaker

Der hochwertige und tropfsichere 2-in-1-Shaker bietet Komfort pur. In seinem praktischen Zusatzbehälter lässt sich das Getränkpulver separat transportieren, wodurch ein Shake immer frisch zubereitet werden kann. Ein perfekter Begleiter, auch für die schnelle Versorgung nach der Belastung – was wünscht sich ein Sportler mehr?

Unser Praxis-Tipp: Mit dem 2-in-1-Shaker kann ein Isoton-Energiedrink für die Aktivitätsphase fertig zubereitet mitgenommen werden. Das Pulver für die schnelle Regeneration wird im Zusatzbehälter aufbewahrt und steht direkt nach dem Sport zur Verfügung

+ BPA-frei
+ mit Quirlscheibe (vermindert Klümpchen-Bildung)
+ spülmaschinenfest

Best.-Nr. 2527 600-ml-Shaker € 5,95

Gurt-Tasche

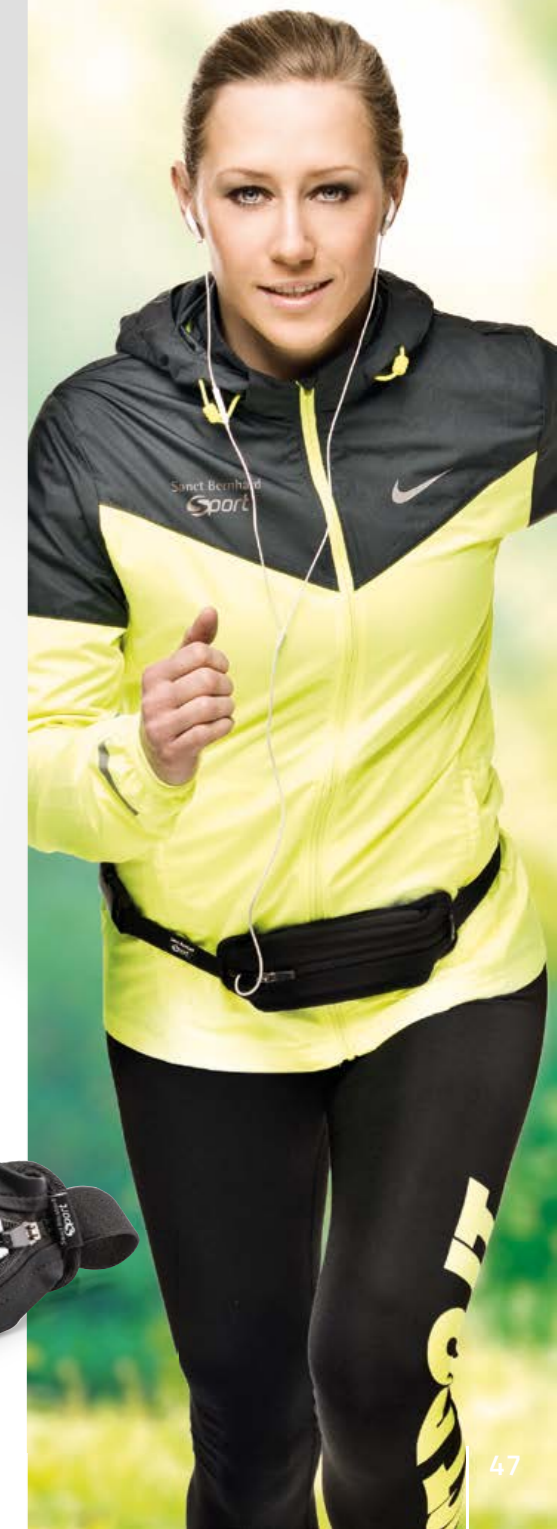
Das Raumwunder wächst mit dem Inhalt!

Die praktische und extrem dehnbare Tasche passt sich jedem Inhalt optimal an und wird bequem und kaum spürbar um die Hüfte getragen.

Beim Laufen, Wandern oder beim Radfahren lassen sich diverse Utensilien, wie das Mobiltelefon, Geldbeutel, Schlüssel oder auch Riegel und Liquids, einfach und bequem transportieren und sind jederzeit griffbereit. Auch bei Reisen und im Urlaub ein sicherer Begleiter für Wertsachen und Reisepapiere.

Inkl. abnehmbarer Startnummernhalter.

Best.-Nr. 2543 1 Tasche € 18,-





Wer große Ziele hat vertraut dem besten Partner!

„Erfahrung, Beobachtung, Beratung und immer ganz nah dran am Sportler“ – nach diesem Motto unterstützen wir zahlreiche hochkarätige Spitzensportler und Profiteams auf dem Weg zu ihren ambitionierten Zielen. Sie vertrauen auf den hohen Qualitätsstandard und profitieren von der intelligenten Zusammensetzung, überzeugenden Verträglichkeit sowie unserem Fachwissen. Die lange Liste von Weltrekorden, Olympiasiegen, Welt-, Europa- und nicht zuletzt Deutsche Meistertitel spricht wahrlich für sich.

Bereits seit 2007 sind wir als offizieller Lieferant des größten deutschen Olympiastützpunktes Bayern der kompetente Partner für die Sporternährung prominenter Sommer- und Wintersportler. Darüber hinaus schätzen viele weitere Spitzenathleten und Teams ganz unterschiedlicher Disziplinen unsere fundierten und individuellen Versorgungspläne, die zum Abrufen ihres vollen Leistungsvermögens nicht mehr wegzudenken sind.



Enger Kontakt zu den Athleten

Wenn Athleten um hundertstel Sekunden, Bestzeiten oder entscheidende Punkte kämpfen, stehen wir ihnen mit unserer Expertise in engstem Austausch. Dadurch schaffen wir optimale Bedingungen und Sicherheit bei ihren Wettkämpfen. Nicht selten wird die Ernährungsstrategie rund um die Aktivitäts- und Regenerationsphase gemeinsam mit den Athleten in unserer Firmenzentrale in Bad Ditzgen ausgearbeitet. Profi-Biathletin Anna Weidel bringt die Vorzüge der Partnerschaft auf den Punkt: „Bei uns Biathleten ist die Marke Sanct Bernhard Sport sehr bekannt. Der persönliche und freundschaftliche Kontakt sowie die Unbedenklichkeit der Produkte sind einzigartig.“

Im Teamsport ein wichtiger Erfolgsfaktor

Ob auf nationaler oder internationaler Bühne – viele erfolgreiche Top-Teams bauen konsequent auf die Sportserie aus dem Kräuterhaus Sanct Bernhard und überraschen mit überragenden Laufleistungen und voller mentaler Präsenz auf dem Platz. Darunter glänzen auch einige namhafte Bundesligisten mit vorderen Tabellenplatzierungen.

Unsere Experten beobachten und analysieren Spiele live vor Ort, um alle Leistungsreserven der Profis voll auszureizen. „Warum fallen die meisten Tore in einem Fußballspiel in den letzten 15 Spielminuten?“ Solche und weitere Fragen rund um die Sporternährung beantworten die Sanct-Bernhard-Sport-Spezialisten in Fachvorträgen bei renommierten Partnerclubs.

Auch Freizeitsportler profitieren

Wertvolle Versorgungstipps aus dem Profisport fließen in unsere disziplinspezifischen Verzehrsempfehlungen ein, die in diesem Katalog unter den jeweiligen Sportarten zu finden sind. Damit profitieren Freizeitsportler von den Erfahrungen der Profis. Mache auch du unsere Expertenempfehlungen zu deinem Vorteil.

Sanct Bernhard
Sport



Olympiastützpunkt
Bayern 
Offizieller Lieferant

Seit 2007 vertraut der größte deutsche Olympiastützpunkt Bayern bei der Versorgung seiner Spitzenathleten auf unsere Qualität und Kompetenz.

Service-Informationen und AGB

Wer wir sind:

Kräuterhaus Sanct Bernhard KG, Helfensteinstraße 47, D-73342 Bad Ditzgenbach, eingetragen unter HRA 541000 beim Amtsgericht Ulm/Donau, Geschäftsführer: Elmar Schulz, Sally Wagner

Lieferservice/Versandkosten:

Ihre Lieferung erfolgt so schnell wie möglich, in Deutschland innerhalb von 4 Arbeitstagen nach Vertragsabschluss.

Wir liefern in Deutschland porto- und verpackungskostenfrei ab € 40,- Bestellwert! Unter € 40,- Bestellwert berechnen wir € 2,90 Versandkostenanteil, unter € 25,- berechnen wir € 4,90. **Mindestbestellwert € 10,-.** Bei Nachnahme übernehmen Sie die anfallenden Gebühren.

So liefern wir ins Ausland: Die jeweiligen Versandkosten teilen wir Ihnen gerne auf Anfrage mit bzw. diese werden bei einer Online-Bestellung am Ende des Bestellprozesses angezeigt. Wir bitten um Verständnis, dass die Lieferzeiten ins Ausland je nach Region bis zu 30 Tage nach Vertragsschluss betragen können. **Info-/Bestell-Telefon:** 0049 (0)7334/9654-87 (Mo-Fr 7-17 Uhr) **Telefax:** 0049 (0)7334/9654-2495

Ihre Bestellung und das Zustandekommen des Vertrags:

Ihre Bestellung stellt ein Angebot an uns zum Abschluss eines Kaufvertrages dar. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass wir Ihre Bestellung nur annehmen können, wenn wir die Ware vorrätig haben. Wenn Sie eine Bestellung in unserem Webshop www.sanct-bernhard-sport.de aufgeben, schicken wir Ihnen eine E-Mail, die den Eingang der Bestellung bei uns bestätigt und deren Einzelheiten aufführt (Bestellbestätigung). Die Bestellbestätigung stellt keine Annahme Ihres Angebotes dar, sondern soll Sie nur darüber informieren, dass Ihre Bestellung bei uns eingegangen ist, wobei Sie 14 Tage ab Übersendung Ihrer Bestellung an Ihr Angebot gebunden sind. Der Kaufvertrag kommt erst zustande, wenn wir Ihnen innerhalb der 14-tägigen Bindungsfrist per E-Mail mitteilen, dass wir Ihr Angebot annehmen oder spätestens durch die Lieferung der Ware an Sie innerhalb der 14-tägigen Bindungsfrist. In dieser E-Mail, jedoch spätestens bei Lieferung der Ware, wird Ihnen der Vertragstext (bestehend aus Bestellung, AGB und Auftragsbestätigung) von uns auf einem dauerhaften Datenträger zugesandt (Vertragsbestätigung). Der Vertragstext wird unter Wahrung des Datenschutzes gespeichert. Er ist dann aber nicht mehr online zugänglich. Der Vertragsschluss erfolgt in deutscher Sprache bzw. bei Bestellung im Webshop in der von Ihnen im Webshop gewählten Sprache.

Unsere Preise:

Unsere Preise enthalten die gesetzliche Mehrwertsteuer. Bei "ab... Packungen" gilt der ausgewiesene Preis je Packung.

Wie bezahlen Sie?

Bonität vorausgesetzt, liefern wir grundsätzlich gegen Rechnung. Bitte bezahlen Sie die Rechnung innerhalb von 14 Tagen nach Erhalt der Ware. Am besten bezahlen Sie per Bankeinzug.

Ihre Vorteile beim Bankeinzug:

Sie erhalten 3% Skonto, die wir automatisch vom Rechnungsbetrag abziehen. Sie brauchen sich um das Bezahlen nicht weiter zu kümmern. Sie brauchen weder Überweisung noch Scheck auszufüllen und zur Post oder Bank zu bringen. Sie sparen Arbeit, evtl. Porto und meist auch Bankgebühren. Bei einmaliger Erteilung einer Einzugsermächtigung werden alle künftigen Aufträge automatisch per Bankeinzug abgewickelt. Selbstverständlich können Sie Ihre Einzugsermächtigung jederzeit und ohne Begründung widerrufen.

Widerrufsbelehrung:

Widerrufsrecht:

Sie haben das Recht, binnen 14 Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt 14 Tage ab dem Tag, an dem Sie oder ein von Ihnen benannter Dritter, der nicht der Beförderer ist, die Waren in Besitz genommen haben bzw. hat. Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns,

Kräuterhaus Sanct Bernhard KG, Helfensteinstraße 47, D-73342 Bad Ditzgenbach, Telefon 07334 / 9654-260, Telefax 07334 / 9654-4290, widerruf@kraeuterhaus.de

mittels einer eindeutigen Erklärung (z. B. ein mit der Post versandter Brief, Telefax oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können dafür das nachfolgend genannte Muster-Widerrufsformular verwenden, das jedoch nicht vorgeschrieben ist.

Muster-Widerrufsformular

Wenn Sie den Vertrag widerrufen wollen, dann füllen Sie bitte dieses Formular aus und senden Sie es zurück.

An: Kräuterhaus Sanct Bernhard KG, Helfensteinstr. 47, 73342 Bad Ditzgenbach, Deutschland.

Telefax 0049 (0)7334 / 9654-4290

E-Mail: widerruf@kraeuterhaus.de

Hiermit widerrufe(n) ich/wir (*) den von mir/uns (*) abgeschlossenen Vertrag über den Kauf der folgenden Waren:

Bestell am (*)/erhalten am (*):

Name des/der Verbraucher(s):

Anschrift des/der Verbraucher(s):

Unterschrift des/der Verbraucher(s) (nur bei Mitteilung auf Papier):

Datum:

(*) Unzutreffendes streichen

Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

Folgen des Widerrufs:

Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, einschließlich der Lieferkosten (mit Ausnahme der zusätzlichen Kosten, die sich daraus ergeben, dass Sie eine andere Art der Lieferung als die von uns angebotene, günstigste Standardlieferung gewählt haben), unverzüglich und spätestens binnen 14 Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrages bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen ist ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet. Wir können die Rückzahlung verweigern, bis wir die Waren wieder zurückerhalten haben oder bis Sie den Nachweis erbracht haben, dass Sie die Waren zurückgesandt haben, je nachdem, welches der frühere Zeitpunkt ist. Sie haben die Waren unverzüglich und in jedem Fall spätestens binnen 14 Tagen ab dem Tag, an dem Sie uns über den Widerruf dieses Vertrages unterrichten, an uns, die **Kräuterhaus Sanct Bernhard KG, Retourenabteilung, Obere Wiesen 3, 73342 Bad Ditzgenbach** zurückzusenden oder zu übergeben. Die Frist ist gewahrt, wenn Sie die Waren vor Ablauf der Frist von 14 Tagen absenden. Wir tragen die Kosten der Rücksendung der Waren. Sie müssen für einen etwaigen Wertverlust nur aufkommen, wenn dieser Wertverlust auf einen zur Prüfung der Beschaffenheit, Eigenschaften und Funktionsweise der Waren nicht notwendigen Umgang mit ihnen zurückzuführen ist.

Information der Betroffenen gemäß Artikel 13 und Artikel 14 EU-Datenschutzgrundverordnung:

Allgemeine Angaben

Angaben zur verantwortlichen Stelle: Unternehmen: Kräuterhaus Sanct Bernhard KG Gesetzlicher Vertreter: Elmar Schulz Adresse: Helfensteinstr. 47, 73342 Bad Ditzgenbach, Deutschland Kontakt Datenschutzbeauftragter: datschutz@kraeuterhaus.de

Allgemeine Datenverarbeitungs-Informationen

Betroffene Daten:

Personenbezogene Daten werden nur erhoben, wenn Sie uns diese von sich aus mitteilen. Darüber hinaus werden keine personenbezogenen Daten erhoben. Eine über die Reichweite der gesetzlichen Erlaubnistatbestände hinausgehende Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten erfolgt nur auf Grundlage Ihrer ausdrücklichen Einwilligung.

Verarbeitungszweck: Vertragsdurchführung und postalische Werbung, einschließlich Tochterunternehmen.

Kategorien von Empfängern:

- Öffentliche Stellen bei Vorliegen vorrangiger Rechtsvorschriften.
- Externe Dienstleister oder sonstige Auftragnehmer, u.a. Dienstleister für Versand, Transport und Logistik.
- Weitere externe Stellen soweit der Betroffene seine Einwilligung erteilt hat oder eine Übermittlung aus überwiegendem Interesse zulässig ist, u.a. Bonitätsauskunft bei Kauf auf Rechnung.

Drittlandtransfers: Im Rahmen der Vertragsdurchführung können auch Auftragsverarbeiter außerhalb der Europäischen Union zum Einsatz kommen.

Dauer Datenspeicherung: Die Dauer der Datenspeicherung richtet sich nach den gesetzlichen Aufbewahrungspflichten und beträgt in der Regel 10 Jahre.

Weitere Informationen und Kontakte

Darüber hinaus können Sie jederzeit Ihre Ansprüche auf Berichtigung oder Löschung oder auf Einschränkung der Verarbeitung oder der Wahrnehmung Ihres Widerspruchsrechts gegen die Verarbeitung sowie das Recht auf Datenübertragbarkeit geltend machen. Hier finden Sie die Möglichkeit, uns per E-Mail oder Brief zu kontaktieren. Bitte nutzen Sie hierzu die folgenden Kontaktdaten: Kräuterhaus Sanct Bernhard KG, Abt. Datenschutz, Helfensteinstr. 47, 73342 Bad Ditzgenbach, Deutschland. E-Mail: datschutz@kraeuterhaus.de

Sie haben ferner das Recht, sich bei Beschwerden an die Datenschutz-Aufsichtsbehörde zu wenden.

Gewährleistungsrechte:

Wir haften für Sachmängel nach den hierfür geltenden gesetzlichen Vorschriften, insbesondere gem. den §§ 434 ff. BGB.

Sonstiges:

Alle Informationen zu unseren Produkten finden Sie unter www.kraeuterhaus.de.

Arzneimittel sind sorgfältig und für Kinder unzugänglich aufzubewahren. Packungsbeilagen und Anwendungshinweise sind zu beachten.

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise.

Meldung von Nebenwirkungen: In medizinischen Notfällen oder bei schweren Nebenwirkungen wenden Sie sich bitte unverzüglich an einen Arzt oder den ärztlichen Notdienst, bevor Sie die Nebenwirkung melden. Nebenwirkungen können telefonisch 07334-96540 (Mo-Fr 7-19 Uhr), per Fax: 07334/9654-1392 oder per E-Mail: pharmacovigilance@kraeuterhaus.de gemeldet werden. Wir beteiligen die von unserem Unternehmen in Deutschland in Verkehr gebrachten Verkaufsverpackungen an einem Dualen System.

Im jährlich erscheinenden Printkatalog sind Produkt- und Preisänderungen, Druck- oder Rechenfehler sowie Irrtum in Wort und Bild vorbehalten.

Alle Rechte an den verwendeten Texten, Fotos, Zeichnungen und der grafischen Gestaltung liegen beim Kräuterhaus Sanct Bernhard. Jede Reproduktion oder sonstige Verwendung außer zum persönlichen Gebrauch ist ohne unsere ausdrückliche Zustimmung unzulässig.

Unser Angebot richtet sich an Endverbraucher. Daher werden nur Bestellungen in haushaltsüblichen Mengen angenommen. Auf Verträge zwischen uns und Ihnen findet das Recht der Bundesrepublik Deutschland unter Ausschluss des UN-Kaufrechts Anwendung. Die gesetzlichen Vorschriften zur Beschränkung der Rechtswahl und zur Anwendbarkeit zwingender Vorschriften, insbesondere des Staates, in dem Sie als Verbraucher Ihren gewöhnlichen Aufenthalt haben, bleiben unberührt.

Reklamationen:

Bei Reklamationen oder Problemen stehen wir Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung. **Telefon 07334 / 9654-260, Telefax 07334 / 9654-4290, E-Mail: reklamation@kraeuterhaus.de**

Bestseller-Box mit vielen Produkt-Highlights

Die Bestseller-Box umfasst eine große Vielfalt der Sanct-Bernhard-Sport-Erfolgsgaranten. Das Sortiment besticht mit einzigartigen Innovationen und mehrfachen Auszeichnungen.



Bestseller-Box

2 x Isoton-Energiedrink (36-g-Sachet)

2 x Liquid-Energie-Pur (50-ml-Tube)

3 x Energie-Reis-Riegel (50-g-Riegel)

1 x Bio-Aktiv-Riegel (40-g-Riegel, DE-ÖKO-005)

1 x Regenerations-Turbo +BCAA (50-ml-Tube)

1 x Regenerationsdrink (20-g-Sachet)

1 x Vital-Hautmilch (25-ml-Tube)

1 x Fireprotect-Hautschutzcreme (15-ml-Tube)

Best.-Nr. 2593

nur € 13,-

Einfach bestellen:

Telefon 07334 / 96 540 (Mo - Fr 7-19 Uhr)

Telefax 07334 / 96 54 44

www.sanct-bernhard-sport.de

Kräuterhaus Sanct Bernhard KG

Helfensteinstraße 47

73342 Bad Ditzgenbach

Dein tägliches Aktivgetränk!

**Mineralstoffdrink für
all deine Aktivitäten.
Erfrischend und kalorienfrei!**

Ideal zum Beispiel bei:

- + Grundlagentraining
- + Wandern
- + Gymnastik
- + Fitnessstudio
- + Abnehm-Programm

Best.-Nr. 2582 **Geschmack: Zitrone**

100-g-Packung (= 14-21 Liter) (1kg/ € 85,-) € 8,50

Best.-Nr. 2581 **Geschmack: Apfel**

100-g-Packung (= 14-21 Liter) (1kg/ € 85,-) € 8,50



nordic sports 03/21

TIPP

Durstlöcher



Einfach bestellen:

Telefon 07334/96540

sant-bernhard-sport.de