

Creatine has been shown to significantly boost muscle strength, power, and size during high-intensity exercise. ANS Performance Creatine monohydrate is micronized (making the particles smaller) for improved mixability and performance.▲

Il a été démontré que la créatine augmente considérablement la force, la puissance et le volume des muscles lors de séances d'exercices à haute intensité. La Créatine monohydratée ANS Performance est micronisée (les particules étant plus petites) afin d'améliorer la performance et de faciliter l'homogénéité lors du mélange.▲



▲ These statements have not been evaluated by the Food and Drug Administration. This product is not intended to diagnose, treat, cure, or prevent any disease.

WARNINGS: Check with a qualified healthcare professional before using this product if you are under 18 years of age, pregnant or breastfeeding, or if you have any known or suspected kidney disorder. May result in weight gain. KEEP OUT OF REACH OF CHILDREN. STORE IN A COOL, DRY PLACE. CONTENTS SOLD BY WEIGHT NOT VOLUME.

MISES EN GARDE : Consulter un praticien de soins de santé qualifié avant d'utiliser ce produit si vous avez moins de 18 ans, si vous êtes enceinte ou allaitez, ou si vous souffrez d'un problème de rénal. Peut entraîner une prise de poids. TENIR HORS DE PORTÉE DES ENFANTS. RANGER DANS UN ENDROIT FRAIS ET SEC. CONTENU VENDU AU POIDS ET NON AU VOLUME.

ANS
PERFORMANCE*

ANSPerformance.com   
© 2024, Advanced Nutraceutical Sciences Inc.
Woodbridge, ON L4L6A9 1-888-385-9169

ANS
PERFORMANCE®

PURE

CREATINE MONOHYDRATE

5,000MG MICRONIZED

- **BUILD MUSCLE & STRENGTH**[▲]
BÂTIT DES MUSCLES ET AUGMENTE LA FORCE
- **INCREASE MUSCLE ENERGY**[▲]
AUGMENTE L'ÉNERGIE MUSCULAIRE

NET WT./POIDS NET 300 g (10.6 oz)
NATURAL HEALTH PRODUCT / PRODUIT DE SANTÉ NATUREL
NPN 80057048

60
SERVINGS
PORTIONS

UNFLAVORED

Fold 2

SUPPLEMENT FACTS

Serving Size: 1 Scoop (5 g) / Portion : 1 mesure (5 g)
Servings Per Container: 60 / Portions par contenant : 60

	Amount Per Serving/Quantité par portion	% DV/VQ
Creatine Monohydrate Créatine Monohydratée	5000 mg	*

* Daily Value (DV) not established. *Valeur quotidienne (VQ) non établie.

OTHER INGREDIENTS: None. **AUTRES INGRÉDIENTS :** Aucun.

DIRECTIONS: Add 1 scoop of Creatine Monohydrate (5g) to a glass filled with 8-12 oz of cold water or fruit juice, and mix it up with a spoon.

MODE D'EMPLOI : Ajouter 1 mesure de Créatine monohydratée (5 g) dans 240 à 360 mL (8 à 12 oz) d'eau froide ou de jus de fruit, puis mélanger à la cuillère.

SUGGESTED USE:

CREATINE LOADING: Take 1 scoop (5g) of Creatine with morning, afternoon, and evening meals and 1 additional scoop before going to bed for 4-5 days to help saturate your muscles with creatine.

CREATINE MAINTENANCE: Take 1 scoop (5g) of Creatine with a meal or immediately after training with your post workout protein shake. Drink at least eight glasses of water daily when supplementing with creatine. Consuming simple carbohydrates with creatine may help improve overall effectiveness.

USAGE SUGGÉRÉ :

PHASE DE CHARGE : Prendre 1 mesure (5 g) de créatine pendant les repas du matin, du midi et du soir, et 1 mesure additionnelle avant le coucher, pendant 4 ou 5 jours afin d'aider à saturer vos muscles de créatine.

PHASE DE MAINTIEN : Prendre 1 mesure (5 g) de créatine à un repas ou immédiatement après un entraînement avec votre fouetté protéiné post-entraînement. Boire au moins huit verres d'eau par jour lorsque vous prenez un supplément de créatine. La consommation de glucides simples pourrait contribuer à améliorer l'efficacité en général.

428

