

# pure MAGNESIUM Capsules

## Voor het behoud van een goede spierwerking

Hoog gedoseerd magnesium: 450 mg (120% RI)

Voedingssupplement

### EIGENSCHAPPEN VAN MAGNESIUM:

Magnesium is een mineraal met een sleutelrol bij tal van biochemische reacties en lichaamsfuncties, en daardoor goed voor onze gezondheid. Het menselijk organisme maakt zelf geen magnesium aan waardoor we op onze voeding zijn aangewezen voor de aanvoer van magnesium. Voedingsmiddelen rijk aan magnesium zijn o.a. volkorenproducten, noten, groene groenten, magnesiumrijk mineraalwater, chocolade, gedroogde vruchten en bananen. In ons lichaam heeft magnesium een rol in meer dan 300 enzymreacties zoals bij de ondersteuning van de normale energieleverende stofwisseling, elektrolytenbalans en het celdelingsproces.

Magnesium draagt verder ook bij tot:

- de vermindering van vermoeidheid
- de normale werking van spieren en zenuwstelsel
- normale psychologische functies zoals concentratie, leren en geheugen
- het behoud van sterke botten en tanden

### pure MAGNESIUM SPECIFIEK:

pure MAGNESIUM is een hoog gedoseerd magnesiumsupplement dat 450 mg elementair magnesium per capsule bevat.

### pure MAGNESIUM IS AANBEVOLEN BIJ:

- Als aanvulling bij een hogere magnesiumbehoefte (o.a. bij intensieve sporters en zwangere vrouwen).
- Tijdelijke fysieke en tijdelijke intellectuele vermoeidheid (o.a. bij studenten).\*

\*zie eigenschappen

### AANBEVOLEN DAGELIJKSE DOSIS:

**1 capsule per dag, 's morgens, tijdens de maaltijd.** Omwille van de hoge dosering van pure MAGNESIUM is in een geval van verhoogde magnesiumbehoefte 1 capsule voldoende. Aanbevolen wordt minimum een kuur met pure MAGNESIUM van 30 dagen te volgen, of volgens advies. Aanbevolen voor volwassenen en kinderen vanaf 12 jaar.

Personen met ernstig nierlijden dienen vooraf hun geneesheer te raadplegen.

### VERPAKKING:

30, 60 en 90 capsules

### VOORZORGSMAATREGELEN:

Buiten het bereik en zicht van kinderen bewaren. De opgegeven aanbevolen dagelijkse hoeveelheid mag niet overschreden worden. Een voedingssupplement mag niet als vervanging van een gevarieerde en evenwichtige voeding en van een gezonde levensstijl worden gebruikt. Tegen vochtigheid en warmte beschermen. Bewaren bij kamertemperatuur in zijn originele verpakking. Niet meer gebruiken na de datum vermeld op de verpakking na "ten minste houdbaar tot:"

### INGREDIËNTEN:

actief bestanddeel: elementair magnesium: 450 mg per capsule onder de vorm van magnesiumoxide = 120% RI\*, vegetarische capsule: hydroxypropylmethylcellulose, antiklontermiddel: magnesiumstearaat. \*RI = Referentie-inname

Nettogewicht: 27g voor 30 capsules, 54g voor 60 capsules, 81,2g voor 90 capsules.

Lotnummer: zie verpakking

pure MAGNESIUM is een product van de hoogste kwaliteit, geproduceerd in de EU onder GMP en HACCP normen.

### DISTRIBUTEUR:

Solidpharma BV - Heistraat 16 - 9052 Zwijnaarde (België)

Notificatienummer: NUT 1707/3

# pure<sup>®</sup> MAGNESIUM Capsules

## Pour maintenir une bonne fonction musculaire

Magnésium en haute concentration: 450 mg (120% AR)

Complément alimentaire

### CARACTERISTISTIQUES DU MAGNESIUM:

Le magnésium est un minéral qui joue un rôle-clé dans nombre de réactions biochimiques et fonctions corporelles et qui est donc bon pour notre santé. Le corps humain ne produit de lui-même pas du magnésium, raison pour laquelle, pour l'apport en magnésium, nous en sommes réduits à notre alimentation. Entre les produits alimentaires riches en magnésium on trouve: les produits complets en céréales, les noix, les légumes verts, les eaux minérales riches en magnésium, le chocolat, les fruits secs et les bananes. Le magnésium joue dans notre corps un rôle dans plus de 300 réactions d'enzymes comme notamment dans le métabolisme énergétique normal, l'équilibre électrolytique et le processus de division cellulaire.

Le magnésium contribue également:

- à la réduction de la fatigue
- au fonctionnement normal des muscles et du système nerveux
- aux fonctions psychologiques normales telles que la concentration, l'apprentissage et la mémoire
- au maintien des os et de dents solides

### pure<sup>®</sup> MAGNESIUM SPECIFIQUEMENT:

pure<sup>®</sup> MAGNESIUM est un complément de magnésium en haute concentration qui contient 450 mg de magnésium élémentaire par capsule.

### pure<sup>®</sup> MAGNESIUM EST RECOMMANDE:

- En tant que complément en cas d'un besoin plus élevé en magnésium (p.e. chez les sportifs intensifs et les femmes enceintes).
- En cas de fatigue physique temporaire et de fatigue mentale temporaire (p.e. chez les étudiants).\*

\*Voir les propriétés

### DOSE QUOTIDIENNE RECOMMANDEE:

**Prendre 1 capsule par jour, le matin lors du repas.** En raison du haut dosage de pure<sup>®</sup> MAGNESIUM, 1 capsule est suffisante en cas de besoin plus accru de magnésium. Il est conseillé de suivre une cure de pure<sup>®</sup> MAGNESIUM de 30 jours, ou selon l'avis. Recommandé pour les adultes et les enfants à partir de 12 ans.

Les personnes avec de graves problèmes de reins, doivent consulter leur médecin au préalable.

### EMBALLAGES:

30, 60 et 90 capsules

### PRECAUTIONS:

Garder hors de la portée et la vue d'enfants. La quantité quotidienne recommandée ne peut être dépassée. Un complément d'alimentaire n'est pas une substitution d'une alimentation variée et équilibrée et d'un style de vie sain. Protéger contre l'humidité et la chaleur. A tenir dans son emballage d'origine. Ne pas utiliser après la date mentionnée sur l'emballage après: "A consommer de préférence avant fin:".

### INGRÉDIENTS:

ingrédient actif: magnésium élémentaire: 450 mg par capsule sous forme d'oxyde de magnésium = 120% AR\*, capsule végétale: hydroxypropylméthylcellulose, anti-agglomérant: stéarate de magnésium. \* AR: Apport de référence

Poids net : 27 g pour 30 gélules, 54 g pour 60 gélules, 81,2 g pour 90 gélules.

Lot: voir l'emballage.

pure<sup>®</sup> MAGNESIUM est un produit de la plus haute qualité, produit dans l'UE sous les normes GMP et HACCP.

### DISTRIBUTEUR:

Solidpharma BV - Heistraat 16 - 9052 Zwijnaarde (Belgique)

Numéro de notification: NUT 1707/3

# pure MAGNESIUM Kapseln

## Zur Erhaltung einer guten Muskelfunktion

Hochdosiertes Magnesium: 450 mg (120% RM)

Nahrungsergänzungsmittel

### EIGENSCHAFTEN VON MAGNESIUM:

Magnesium ist ein Mineralstoff, der eine Schlüsselrolle bei vielen biochemischen Reaktionen und Körperfunktionen spielt und daher gut für unsere Gesundheit ist. Der menschliche Organismus stellt selbst kein Magnesium her, so dass wir für die Versorgung mit Magnesium auf unsere Ernährung angewiesen sind. Zu den magnesiumreichen Lebensmitteln gehören Vollkornprodukte, Nüsse, grünes Gemüse, magnesiumhaltiges Mineralwasser, Schokolade, Trockenfrüchte und Bananen. In unserem Körper ist Magnesium an mehr als 300 Enzymreaktionen beteiligt und unterstützt beispielsweise den normalen energieliefernden Stoffwechsel, das Elektrolytgleichgewicht und den Zellteilungsprozess.

Magnesium trägt darüber hinaus zu Folgendem bei:

- Verringerung von Müdigkeit
- Normale Funktion der Muskeln und des Nervensystems
- Normale psychologische Funktionen wie Konzentration, Lernen und Gedächtnis
- Erhaltung starker Knochen und Zähne

### SPEZIFISCH FÜR pure MAGNESIUM:

pure MAGNESIUM ist eine hochdosierte Magnesiumergänzung mit 450 mg elementarem Magnesium pro Kapsel.

### pure MAGNESIUM WIRD EMPFOHLEN:

- Zur Ergänzung bei erhöhtem Magnesiumbedarf (z.B. bei Leistungssportlern und Schwangeren).
- Bei vorübergehender körperlicher oder geistiger Ermüdung (auch bei Studenten).  
\*siehe Eigenschaften

### EMPFOHLENE TÄGLICHE DOSIS:

**1 Kapsel täglich, morgens, während der Mahlzeit.** Aufgrund der hohen Dosierung von pure MAGNESIUM ist bei erhöhtem Magnesiumbedarf 1 Kapsel ausreichend. Empfohlen wird mindestens eine 30-tägige Kur mit pure MAGNESIUM, oder wie empfohlen. Empfohlen für Erwachsene und Kinder ab 12 Jahren.

Personen mit schweren Nierenerkrankungen sollten vorher ihren Arzt konsultieren.

### PACKUNGSGRÖSSEN:

30, 60 und 90 Kapseln

### VORSICHTSMASSNAHMEN:

Außerhalb der Reichweite und Sichtweite von Kindern aufbewahren. Die empfohlene tägliche Menge darf nicht überschritten werden. Ein Nahrungsergänzungsmittel ist kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und einen gesunden Lebensstil. Vor Feuchtigkeit und Hitze schützen. In der Originalverpackung bei Zimmertemperatur aufbewahren. Nicht nach dem auf der Verpackung angegebenen Mindesthaltbarkeitsdatum verwenden.

### ZUTATEN:

Wirkstoff: elementares Magnesium: 450 mg pro Kapsel in Form von Magnesiumoxid = 120% RM\*, vegetarische Kapsel: Hydroxypropylmethylcellulose, Trennmittel: Magnesiumstearat. \*RM = Referenzmenge

Nettogewicht: 27g für 30 Kapseln, 54g für 60 Kapseln, 81,2g für 90 Kapseln.

Chargennr.: siehe Verpackung.

pure MAGNESIUM ist ein Produkt von höchster Qualität, das in der EU gemäß GMP- und HACCP-Standards hergestellt wird.

### ANBIETER:

Solidpharma BV - Heistraat 16 - 9052 Zwijnaarde (Belgien)

Not.-N°: NUT 1707/3

# pure<sup>®</sup> MAGNESIUM Capsules

## For maintaining good muscle function

Highly dosed magnesium: 450 mg (120% RI)

Food supplement

### PROPERTIES OF MAGNESIUM:

Magnesium is a mineral with a key role in many biochemical reactions and bodily functions, and therefore good for our health. The human organism does not produce magnesium itself, so we rely on our diet for the supply of magnesium. Foods rich in magnesium include wholemeal products, nuts, green vegetables, magnesium-rich mineral water, chocolate, dried fruits and bananas. In our bodies, magnesium has a role in more than 300 enzyme reactions such as in supporting normal energy-producing metabolism, electrolyte balance and the cell division process.

Magnesium also further contributes to:

- the reduction of fatigue
- normal muscle and nervous system function
- normal psychological functions such as concentration, learning and memory
- maintaining strong bones and teeth

### pure<sup>®</sup> MAGNESIUM SPECIFIC:

pure<sup>®</sup> MAGNESIUM is a high-dose magnesium supplement containing 450 mg elemental magnesium per capsule.

### pure<sup>®</sup> MAGNESIUM IS RECOMMENDED FOR:

- As a supplement for higher magnesium requirements (e.g. intensive athletes and pregnant women).
- Temporary physical and temporary intellectual fatigue (including in students).\*

\*see properties

### RECOMMENDED DAILY DOSE:

**1 capsule daily, in the morning, during meals.** Because of the high dosage of pure<sup>®</sup> MAGNESIUM, 1 capsule is sufficient in cases of increased magnesium requirements. Recommended minimum is a 30-day course of pure<sup>®</sup> MAGNESIUM, or as advised. Recommended for adults and children over 12 years of age.

Persons with severe kidney disease should consult their physician beforehand.

### PACKAGING:

30, 60 and 90 capsules

### PRECAUTIONS:

Keep out of the reach and sight of children. The specified recommended daily amount should not be exceeded. A dietary supplement should not replace a varied and balanced diet and a healthy lifestyle. Protect from moisture and heat. Store at room temperature in its original container. Do not use after the date stated on the packaging after "Best before:"

### INGREDIENTS:

active ingredient: elemental magnesium: 450 mg per capsule in the form of magnesium oxide = 120% RI\*, vegetarian capsule: hydroxypropyl methyl cellulose, anti-caking agent: magnesium stearate. \*RI = Reference intake

Net weight: 27g for 30 capsules, 54g for 60 capsules, 81.2g for 90 capsules.

Lot number: see packaging

pure<sup>®</sup> MAGNESIUM is a product of the highest quality, produced in the EU under GMP and HACCP standards.

### DISTRIBUTOR:

Solidpharma BV - Heistraat 16 - 9052 Zwijnaarde (Belgium)

Not.-Nr.: NUT 1707/3