



## 6d ENERGY GEL - RED FRUITS

### Suggested use / Blandingsforhold

**EN** I Use 1-3 gels per hour of exercise, depending on exercise duration and intensity, and the combination with other carbohydrate-rich products.

**DA** I Brug 1-3 geler pr. times træning, afhængig af træningens varighed og intensitet, og kombinationen med andre kulhydratrigte produkter.



### 6x40ml e



### Nutritional Information / Ernæringsoplysninger

	/40 ml (serving/ servering)	/100 g
Energy / Energi	502 kJ/ 120 kcal	1255 kJ/ 300 kcal
Fats / Fedt	0 g	0 g
Of which saturated / Heraf mættede	0 g	0 g
Carbohydrates / Kulhydrater	30 g	75 g
Of which sugars / Heraf sukkerarter	10 g	25 g
Proteins / Fibre	0 g	0 g
Salt / Salt	0,50 g	1,30 g
Natrium / Natrium	200 mg	500 mg

### Acidity level / Surhedsgrad

pH ~3,6-4,0

### Ingredients / Ingredienser

**EN** I **6d ISOGEL:** Liquid food: **Ingredienser:** Water, maltodextrin, fructose, salt, natural black currant and raspberry flavour, acidity regulator (citric acid), preservative agents (potassium sorbate, sodium benzoate)

**DA** I **6d ISOGEL:** Flydende fødevarer: **Ingredienser:** Vand, maltodextrin, fruktose, salt, naturlig blåbær og hindbærsmag, surhedsregulerende midden (citronsyre), konservørsmidler (kaliumsorbát, nátriumbenzoát)

### Product description / Produktbeskrivelse

**EN** I 6d ENERGY GEL contains 30g of carbohydrates in a 2:1 glucose to fructose ratio. Thanks to this 2:1 ratio the body can absorb up to 90g of carbohydrates per hour. In contrast to most other gels, this gel also contains 200mg of sodium. The addition of sodium allows for a quick replenishment of the salt reserves in the body. This is particularly important for athletes who not only sweat a lot, but also sweat out lots of salts, and especially during exercise in a hot environment that causes high sweat losses. In short, 6d ENERGY GEL is the ideal choice during prolonged endurance exercise ( $\geq 2$  hours), especially in a hot and/or humid environment.

Store in a dry and cool place (5-22°C) / Use-by date (best before) and batch number; see side of packaging.

Because of the high concentration of carbohydrates (sugars) and sodium, it is recommended to always use 6d ENERGY GEL in combination with water. This to ensure good absorption and to minimize the risk of gastrointestinal complaints during exercise.

**DA** I 6d ENERGY GEL indeholder 30g kulhydrater i et forhold mellem glukose og fruktose på 2:1. Takket være dette 2:1-forhold kan kroppen optage op til 90g kulhydrater i timen. I modsætning til de fleste andre geler, indeholder denne gel også 200mg natrium. Tilsetningen af natrium giver mulighed for en hurtig genopfyldning af saltreserverne i kroppen. Dette er især vigtigt for atleter, der ikke kun sveder meget, men også sveder masser af salt ud, og især under træning i et varmt miljø, der forårsager store svedtab. Kort sagt er 6d ENERGY GEL det ideelle valg under længerevarende udholdenhedstræning ( $\geq 2$  timer), især i et varmt og/eller fugtigt miljø.

Opbevares tørt og mørkt mellem (5-22°C) / Sidste anvendelsesdato (bedst før) og batchnummer; se side af emballagen.

På grund af den høje koncentration af kulhydrater (sukker) og natrium, anbefales det altid at bruge 6d ENERGY GEL i kombination med vand. Dette for at sikre en god optagelse og for at minimere risikoen for mave-tarm-lidelser under træning.



5 425039 527246

