

BAR GEN
COMPETITION PROFESSIONAL BRAND



BARGEN COMPETITION
Caja 40 barritas de 60g

BARGEN COMPETITION como bien dice su nombre, es una barrita para usar durante la competición, su peculiaridad es que no tiene baño de ningún tipo, y con el calor o el contacto, no se deshace y no mancha. Además esta en porciones más pequeñas de 60 g con lo que en pruebas muy largas como el triatlón, o el Running podemos hacer pequeñas cargas de carbohidratos, imprescindibles para mantener la Energía.

¿QUÉ NOS APORTA BARGEN COMPETITION?

Cada barrita nos aportan 1145 Kj y 274 Kcal.

- La comodidad del transporte de estas. Ya no tendrás que hacerte tus propias porciones.
- Su precio y su calidad.
- No llevan baño, en días de mucho calor o al estar en contacto con nuestro cuerpo, no se derriten y no manchan, sin renunciar a un buen sabor.
- Inyecta la **energía** que cualquier deportista de resistencia desea, tanto para su **recuperación**, como su entrega inmediata durante sus entrenos de larga duración.
- Fuente de hidratos de carbono, proteína, y grasas esenciales.
- Aporta **6 de los 8 aminoácidos esenciales**.
- Fuente de **vitaminas y minerales naturales**.

COMPOSICIÓN PRINCIPAL

Copos de Avena: La avena es el complemento ideal para aquellas personas que realizan ejercicio, ya que aporta **hidratos de carbono de liberación lenta**, por lo que mantenemos la energía durante más tiempo. Aunque su mayor componente es el almidón, **es rica en proteínas, grasas saludables, vitaminas y minerales**. Es el cereal con mayor proporción de grasa vegetal, con un 65% de grasas no saturadas y un **35% de ácido linoleico (con un interesante aporte de omega3)**.

Entre las vitaminas que la Avena nos ofrece están la B1, B2, B3, B6 y la vitamina E. También nos nutre con minerales como el **sodio, potasio, fósforo, calcio, magnesio, cobre, zinc, hierro y azufre**. Además nos ayuda con una gran cantidad de fibras y gluten, por lo que no es apta para celíacos.

En 100 gramos de Avena encontramos 335 kilocalorías repartidas en 12 gramos de proteína, 60 gramos de hidratos de carbono, 6 gramos de fibra, 7 gramos de grasa saludable. Además de cómo hemos explicado gran aporte de vitaminas y minerales, **sobresaliendo en su concentración las vitaminas B1, B2, E y los minerales calcio, magnesio, hierro, fósforo y zinc**.

BAR GEN

COMPETITION PROFESSIONAL BRAND



Su riqueza en **hidratos de carbono de fácil asimilación** y su aporte proteico con **seis de los ocho aminoácidos esenciales**, muy por encima de cualquier otro cereal, hacen que sea ideal para nutrir el organismo de quien tiene un gasto superior a la media, tanto a nivel orgánico como muscular.

Además sus **grasas insaturadas no solo son saludables sino que necesarias para regular el metabolismo en general**, lo cual ayuda a equilibrar el peso. Su gran dotación de vitaminas también es muy beneficiosa para quien a través del ejercicio necesita reponer el alto consumo efectuado. **Las vitaminas del complejo B, sobre todo B5 y B1, colaboran a metabolizar los hidratos de carbono**, lo cual es básico en la obtención de energía durante el esfuerzo.

Su rico aporte de minerales como el potasio, que colabora en el equilibrio electrolítico del cuerpo por la sudoración elevada en el ejercicio, y el **magnesio, calcio o fósforo tan necesarios para el trabajo muscular y el buen funcionamiento neuromuscular.**

RECOMENDACIONES DE USO

BARGEN COMPETITION puede tomarse antes si no hacemos dieta, durante una prueba larga y después de cualquier deporte para recuperarnos. Se recomienda tomar una barrita cada 2 o 3 horas de entreno / competición.

BARGEN está indicado en pruebas largas de resistencia, maratón, triatlón, Running, y cualquier otro tipo de deporte OUTDOR para tomarlas después del entreno / competición. En Deportes INDOR puede tomar BARGEN RECHARGE después del entreno.

PRESENTACIÓN

FORMATO: Caja de 40 barritas de 60 g.

SABOR: Chocolate, Yogur, Frutos rojos y Yogur limón.

