



ATP 30

ATP (Adenosine Tri Fosfaat) is de stof die energie opslaat in de spieren. Het is de **brandstof** die zorgt voor de spiercontractie. Hoe meer ATP aanwezig in de spieren, hoe sterker en langer de contractie. ATP wordt opgesplitst tot ADP (= Adenosine Di Fosfaat) en energie. Om ADP opnieuw tot ATP om te vormen, moet het reageren met creatinefosfaat.

Gebruik: 1 tot 3 capsules voor de inspanning

