

BCAA



La prise de ces BCAA une fois assimilés sont directement utilisés par les muscles comme sources d'énergie pour promouvoir la force et l'endurance.

L'arginine favorise la prise de masse musculaire et accroît le flux sanguin pour l'obtention d'une meilleure contraction "pompe". Lors de l'entraînement, le corps a tendance à puiser dans les muscles résultant en une perte musculaire. Avec la prise de BCAA avant et après l'entraînement les acides aminés restent dans le sang afin de maximiser le gain de muscles. Résultat, une meilleure récupération des tissus en diminuant la formation d'acide lactique.

