

**BLOOD & GUTS, PRE-WORKOUT:** Watermelon flavoured. Food supplement. Aspartame-free. With sweeteners. High caffeine content (372 mg/serving). Not recommended for children or pregnant or nursing women. Blood & Guts is recommended for physically active people, especially those who engage in high-intensity and high-volume strength sessions.

**Ingredients:** L-Citrulline DL-Malate (2:1), Beta-alanine, A-AKG complex (L-Arginine, Calcium Alpha-Ketoglutarate), Anti-caking agents (Silicon dioxide, Calcium salts of orthophosphoric acid), L-Tyrosine (free amino acid form), Bulking Agent (Maltodextrin), Flavouring, Caffeine anhydrous, Green tea leaf extract (*Camellia sinensis*) (standardised to 95% Polyphenols and 5% Caffeine), Sweeteners (Sucralose, Acesulfame-K), Sweet orange 100% peel extract (*Citrus sinensis*), Nicotinamide (Vitamin B3), Guarana seed extract (*Paullinia cupana*) (standardised to 22% Caffeine), Colour (Ponceau 4R\*\*\*), Black pepper fruit extract (*Piper nigrum*) (standardised to 95% Piperine).

\*\*\*Ponceau 4R: May have an adverse effect on activity and attention in children.

**Allergen information:** For allergens, see ingredients in bold. Made in a facility that uses milk, soy, egg and nuts.

**Instructions for use:** Mix 2 scoops of powder (19 g) with 250-300 ml of cold water and consume 30 minutes before beginning the activity. For first-time users, mix one scoop of powder (9.5g) with 250-300 ml of cold water and consume 30 minutes before beginning the activity.

**Warnings:** Food supplements do not replace a balanced diet and healthy lifestyle. Do not exceed the recommended daily dosage! Do not use if you are allergic to any of the supplement compounds. Consult your physician before use. Not recommended for use by those taking medication. Beta-alanine may cause a harmless, temporary tingling sensation on the skin for some individuals. The container has 1 sachet of silica gel for moisture absorption. Do not consume and do not discard until all contents are used up!

**Storage conditions:** Keep out of reach of children. Store the container tightly closed between 5-30°C (41-86°F). Keep away from direct heat, moisture and sunlight. After opening do not store the product for more than 6 months.

**Best before end, batch number:** See the date indicated in the LOT/EXP field, on the bottom of the container.

Manufactured in the EU at Vitima Pharmaceuticals, a cGMP certified facility on behalf of DY Nutrition Global, Birmingham, Great Western Business Park, Unit 20, B18 4QF, United Kingdom.



**380g**  
Net weight



**SHADOWLINE**

*Dorian Yates*  
Dorian Yates  
6x Mr. OLYMPIA



**DY**  
NUTRITION

# BLOOD & GUTS

## THE MIND & BODY PRE-WORKOUT

Net wt.  
**380g**

| PER SERVING |                   |
|-------------|-------------------|
| 6000mg      | CITRULLINE MALATE |
| 5500mg      | BETA-ALANINE      |
| 4000mg      | ARGININE AKG      |

CHECK AUTHENTICITY



[www.dynutrition.com](http://www.dynutrition.com)

CHANGING  
THE GAME  
AGAIN

2x 250-300ml

### NUTRITION INFORMATION

20 Servings per container

Serving size: 2 heaping scoops (19 g)

| CONTENT                                                   | /100 g  | /SERVING 19 g           |
|-----------------------------------------------------------|---------|-------------------------|
| Vitamin B3                                                | 250 mg  | 47.6 mg<br>(297% NRV**) |
| L-Citrulline DL-Malate (2:1)                              | 31.6 g  | 6004 mg                 |
| of which L-Citrulline                                     | 22.85 g | 4340 mg                 |
| A-AKG complex                                             | 21.1 g  | 4009 mg                 |
| - L-Arginine                                              | 14.1 g  | 2679 mg                 |
| - Calcium Alpha Ketoglutarate                             | 7 g     | 1330 mg                 |
| Beta-Alanine                                              | 28.95 g | 5500 mg                 |
| L-Tyrosine                                                | 2630 mg | 500 mg                  |
| Green tea ( <i>Camellia sinensis</i> ) leaf extract       | 1320 mg | 250 mg                  |
| - Total Polyphenols                                       | 1254 mg | 237 mg                  |
| - Caffeine                                                | 66 mg   | 13 mg                   |
| Sweet orange ( <i>Citrus sinensis</i> ) 100% peel extract | 980 mg  | 186 mg                  |
| Caffeine Anhydrous                                        | 1840 mg | 350 mg                  |
| Guarana ( <i>Paulina cupana</i> ) extract                 | 210 mg  | 41 mg                   |
| - Caffeine                                                | 46 mg   | 9 mg                    |
| Black pepper ( <i>Piper nigrum</i> ) (25-35:1) extract    | 10 mg   | 1.9 mg                  |
| - Piperine                                                | 9 mg    | 1.7 mg                  |

\*\*NRV - Nutrient Reference Value of an average adult.

### NUTRITION DECLARATION

| /100 g        | ENERGY<br>440 kJ<br>104 kcal | FAT<br>0 g | SATURATED<br>0 g | CARBS<br>1.9 g | SUGARS<br>0.1 g | PROTEIN<br>24 g | SALT<br>0 g |
|---------------|------------------------------|------------|------------------|----------------|-----------------|-----------------|-------------|
| /19 g SERVING | 84 kJ<br>20 kcal             | 0 g        | 0 g              | 0.4 g          | 0.02 g          | 4.6 g           | 0 g         |
|               | 1%                           | 0%         | 0%               | 0%             | 0%              | 9%              | 0%          |

\*RI: - Reference intake of an average adult (8400 kJ / 2000 kcal)

**WATERMELON**

/DorianYatesNutrition

/dynutrition

SEE OTHER LANGUAGES DE FR IT ES NL SE RO PL



DE

**BLOOD & GUTS, PRE-WORKOUT Pre-Workout-Ergänzung:** Mit Wassermelonengeschmack. Nahrungsergänzungsmittel mit Aminosäuren, Mineralien, Vitaminen und Süßungsmitteln. Aspartam-frei. Hoher Koffeingehalt (372 mg/Portion). Nicht empfohlen für Kinder und schwangere oder stillende Frauen. Blood & Guts wird für körperliche Aktivitäten empfohlen, insbesondere für diejenigen, die ein intensives Krafttraining mit hohem Volumen absolvieren. Zutaten: L-Citrullin DL-Malat (2:1), Beta-Alanin, A-AKG-Komplex (L-Arginin, Calcium-Alpha-Ketoglutarat), Bindemittel (Siliciumdioxid, Orthophosphorsäure-Calciumsalze), L-Tyrosin (freie Form der Aminosäuren), Füllstoff (Maltodextrin), Aroma, Koffein wasserfrei, Grüntee-Blätterextrakt (*Camellia sinensis*) (standardisiert auf 95% Polyphenole und 5% Koffein), Süßungsmittel (Sucralose, Acesulfam-K), Süßborangenschalenextrakt (*Citrus sinensis*) 100%, Nicotinamid (Vitamin B3), Guaranasamenextrakt (*Paullinia cupana*) (standardisiert auf 22% Koffein), Farbstoff (Ponceau 4R\*\*\*), Extrakt aus schwarzen Pfefferfrüchten (*Piper nigrum*) (standardisiert auf 95% Piperin). \*\*\*Ponceau 4R: Kann sich negativ auf die Aktivität und Aufmerksamkeit von Kindern auswirken. Informationen über Allergene: Allergene siehe fettgedruckte Zutaten. Hergestellt in einer Einrichtung, die auch Milch, Soja, Eier und Nüsse verarbeitet. Verzehrempfehlung: 2 Messlöffel des Pulvers (19 g) mit 250-300 ml kaltem Wasser mischen und 30 Minuten vor der körperlichen Aktivität verzehren. Wenn Sie das Produkt noch nie verwendet haben, empfehlen wir Ihnen, 1 Messlöffel Pulver (9,5 g) mit 250-300 ml kaltem Wasser zu mischen und 30 Minuten vor Beginn der körperlichen Aktivität zu verzehren. Warnung: Für Kinder und schwangere oder stillende Frauen nicht empfohlen. Die empfohlene tägliche Verzehrmenge (19 g) darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel dienen nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie gesunde Lebensweise. Nicht verwenden, wenn Sie auf einen der Bestandteile des Nahrungsergänzungsmittels allergisch sind. Konsultieren Sie vor der Einnahme Ihren Arzt. Nicht empfohlen für Personen, die Medikamente einnehmen. In einigen Fällen kann Beta-Alanin ein harmloses und vorübergehendes Kribbeln auf der Haut verursachen. Der Behälter enthält 1 Beutel Kieselgel zur Feuchtigkeitsaufnahme. Nicht entfernen oder wegwerfen, bevor der gesamte Inhalt aufgebraucht ist. Aufbewahrungsbedingungen: Außerhalb der Reichweite von Kindern lagern. Das Fläschchen fest verschlossen bei Temperaturen zwischen 5-30°C (41-86°F) aufbewahren. Vor direkter Hitze, Feuchtigkeit und Sonnenlicht schützen. Nach dem Öffnen innerhalb von 6 Monate aufbrauchen. Verfallsdatum, Chargennummer: Mindesthaltbarkeitsdatum auf der Verpackung. Siehe Datum im Feld LOT/EXP auf dem Boden des Behälters.

## FR

**BLOOD & GUTS** PRE-WORKOUT Supplément de pré-entraînement. Arôme de pastèque. Complément alimentaire. Sans aspartame. Avec édulcorants. Contenu élevé en caféine (372 mg/portion). Déconseillé aux enfants et aux femmes enceintes ou allaitantes. Blood & Guts est recommandé pour les personnes physiquement actives, en particulier celles qui ont des séances de musculation de haute intensité et de grand volume. Ingrédients : L-Citrulline DL-Malate (2:1), Bêta-alanine, Complexe A-AGK (L-Arginine, Calcium Alpha-Ketoglutarate), Liane (Dioxyde de Silicium, Acide Orthophosphorique Sels de Calcium), L-Tyrosine (forme libre d'acides aminés), Agent de charge (Maltodextrine), arôme, Caféine Anhydre, Extrait de Feuille de Thé Vert (*Camellia Sinensis*) (standardisé à 95% de Polyphénols et 5% de Caféine), édulcorants (Sucralose, Acésulfame-K), extrait d'écorce d'orange douce (*Citrus Sinensis*) 100%, Nicotinamide (Vitamine B3), extrait de graine de Guarana (*Paulinia cupana*) (standardisé à 22% de caféine), colorant (Ponceau 4R\*\*\*), extrait de fruit de poivre noir (*Piper nigrum*) (standardisé à 95% de pipérine). \*\*\*Ponceau 4R : peut avoir un effet négatif sur l'activité et l'attention chez les enfants. Informations sur les allergènes : Pour les allergènes, voir les ingrédients en gras. Fabriqué dans une usine qui utilise du lait, du soja, des œufs et des noix. Mode d'emploi : Mélanger 2 mesures de poudre (19 g) avec 250-300 ml d'eau froide et consommer 30 minutes avant l'activité physique. Si vous n'avez jamais utilisé le produit, nous vous recommandons de mélanger 1 mesure de poudre (9,5 g) avec 250-300 ml d'eau froide et de la consommer 30 minutes avant de commencer l'activité physique. Avertissement : Les compléments alimentaires ne remplacent pas une alimentation équilibrée et un mode de vie sain. Ne dépassez pas la dose journalière recommandée ! Ne pas utiliser si vous êtes allergique à l'un des composants du complément. Consultez votre médecin avant toute utilisation. Déconseillé aux personnes sous traitement médicamenteux. Dans certains cas, la bêta-alanine peut provoquer une sensation inoffensive et temporaire de picotement de la peau. L'emballage contient 1 sachet de gel de silice pour l'absorption de l'humidité. Ne pas consommer ou jeter avant d'avoir épuisé tout le contenu! Conditions de stockage : Tenir hors de portée des enfants. Conserver le flacon hermétiquement fermé à une température comprise entre 5 et 30°C (41-86°F), à l'abri de la chaleur directe, de l'humidité et de la lumière du soleil. Après ouverture, ne pas conserver plus de 6 mois. Date d'expiration, numéro de lot : Date de péremption figurant sur l'emballage. Voir la date indiquée dans le champ LOT/EXP au fond du récipient.

## DE FR

**ERNÄHRUNGSGEHALT**  
**INFORMATION NUTRITIONNELLE**

**20 Portionen pro Behälter**  
**20 portions par boîte**  
**Portionsgröße:** 2 gehäufte Messlöffel (19 g)  
**Portion:** 2 cuillères à soupe (19 g)

| INHALT / CONTENU                                                                                                                       | /100 g  | /DIENEN<br>/SERVIR 19 g      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|------------------------------|
| Vitamin B3 / Vitamine B3                                                                                                               | 250 mg  | 47.6 mg<br>(297% DRV / VNR*) |
| L-Citrullin DL-Malat (2:1)<br>/ L-Citrulline DL-Malate (2:1)                                                                           | 31.6 g  | 6004 mg                      |
| davon L-Citrullin / dont L-Citrulline                                                                                                  | 22.85 g | 4340 mg                      |
| A-AGK-Komplex / Complexe A-AGK                                                                                                         | 21.1 g  | 4009 mg                      |
| - L-Arginin / L-Arginine                                                                                                               | 14.1 g  | 2679 mg                      |
| - Kalzium-Alpha-Ketoglutarat<br>/ Alpha cétoglutarate de calcium                                                                       | 7 g     | 1330 mg                      |
| Beta-Alanin / Bêta-alanine                                                                                                             | 28.95 g | 5500 mg                      |
| L-Tyrosin / L-Tyrosine                                                                                                                 | 2630 mg | 500 mg                       |
| Grüner Tee ( <i>Camellia sinensis</i> )<br>Blattextrakt<br>/ Thé vert ( <i>Camellia sinensis</i> )<br>extrait de feuille               | 1320 mg | 250 mg                       |
| - Polyphenole insgesamt<br>/ Polyphénols totaux                                                                                        | 1254 mg | 237 mg                       |
| - Koffein / Caféine                                                                                                                    | 66 mg   | 13 mg                        |
| Süßorange ( <i>Citrus sinensis</i> )<br>- 100% Schalen-Extrakt<br>/ Orange douce ( <i>Citrus sinensis</i> )<br>- 100% extrait d'écorce | 980 mg  | 186 mg                       |
| Koffein Anhydriisch<br>/ Caféine anhydre                                                                                               | 1840 mg | 350 mg                       |
| Guarana ( <i>Paulina cupana</i> ) Extrakt<br>/ Extrait de guarana ( <i>Paulina cupana</i> )                                            | 210 mg  | 41 mg                        |
| - Koffein / Caféine                                                                                                                    | 46 mg   | 9 mg                         |
| Schwarzer Pfeffer ( <i>Piper nigrum</i> )<br>(25-35:1) Extrakt                                                                         | 10 mg   | 1.9 mg                       |
| Poivre noir ( <i>Piper nigrum</i> )<br>(25-35:1) extrait                                                                               |         |                              |
| - Piperin / Pipérine                                                                                                                   | 9 mg    | 1.7 mg                       |

\*\*DRV: Referenzwerten für die Nährstoffzufuhr: Referenzaufnahme eines durchschnittlichen Erwachsenen (8400 kJ/2000 kcal).

\*\*VNR : Valeurs nutritionnelles de référence: Apports de référence d'un adulte moyen (8400kJ/2000kCal).

## IT

**BLOOD & GUTS, PRE-WORKOUT** Integratore pre-allenamento. Al gusto di anguria. Integratore alimentare. Senza aspartame. Con edulcoranti. Alto contenuto di caffeina (372 mg/porzione). Sconsigliato ai bambini e alle donne in gravidanza o in allattamento. Blood & Guts è consigliato alle persone fisicamente attive, in particolare a coloro che svolgono sessioni di allenamento di forza ad alta intensità e volume. Ingredienti: L-citrullina DL-Malato (2: 1 Beta-alanina, Complesso A-AKG L-Arginina, Calcio alfa-chetoglutarato), Leganti (Biossido di silicio, Sali di calcio dell'acido ortofosforico), L-Tirosina (forma libera di aminoacidi), Agente di carica (Maltodestrina), Aromi, Caffeina anidra, Estratto di foglie di tè verde (*Camellia Sinensis*) (standardizzato al 95% di polifenoli e al 5% di caffeina), Edulcoranti (Sucralosio, Acesulfame-K), Estratto di buccia d'arancia dolce (*Citrus Sinensis*) 100%, Nicotinamide (Vitamina B3), Estratto di semi di Guaranà (*Paulinia cupana*) (standardizzato al 22% di Caffeina), Colorante (Ponceau 4R\*\*\*), Estratto di pepe nero (*Piper nigrum*) (standardizzato al 95% di Piperina). \*\*\*Ponceau 4R: può avere effetti negativi sull'attività e l'attenzione nei bambini. Informazioni sugli allergeni: Per gli allergeni, vedere gli ingredienti in grassetto. Prodotto in uno stabilimento che utilizza latte, soia, uova e frutta a guscio. Modo d'uso: mescolare 2 misurini di polvere (19 g) con 250-300 ml di acqua fredda e consumare 30 minuti prima dell'attività fisica. Se non si è mai utilizzato il prodotto in precedenza, si consiglia di mescolare 1 misurino di polvere (9,5 g) con 250-300 ml di acqua fredda e di consumarlo 30 minuti prima di iniziare l'attività fisica. Attenzione: gli integratori alimentari non sostituiscono una dieta equilibrata e uno stile di vita sano. Non superare la dose giornaliera raccomandata! Non utilizzare se si è allergici a uno dei componenti dell'integratore. Consultare il medico prima dell'uso. Si sconsiglia l'uso da parte di persone in trattamento farmacologico. In alcuni casi la beta-alanina può causare un innocuo e temporaneo pizzicore della pelle. Il contenitore contiene 1 bustina di gel di silice per l'assorbimento dell'umidità. Non consumare o gettare prima di aver esaurito l'intero contenuto! Condizioni di conservazione: Tenere fuori dalla portata dei bambini. Conservare il flacone ben chiuso a temperature comprese tra 5 e 30°C. Tenere lontano da fonti dirette di calore, umidità e luce solare. Dopo l'apertura, non conservare per più di 6 mesi. Data di scadenza, numero di lotto: da consumarsi preferibilmente entro la data riportata sulla confezione. Vedere la data indicata nel campo LOT/EXP sul fondo del contenitore.

**ES**

**BLOOD & GUTS, PRE-WORKOUT** Suplemento pre-entrenamiento: Con sabor a sandía. Complemento alimenticio. Sin aspartamo. Con edulcorantes. Alto contenido en cafeína [372 mg/porción]. No recomendado para niños ni mujeres embarazadas o en periodo de lactancia. Blood & Guts está recomendado para personas físicamente activas, especialmente aquellas que realizan entrenamientos de fuerza de alta intensidad y volumen.

**Ingredientes:** L-Citrulina DL-Malato (2: 1), Beta-alanina, Comple A-AKG (L-Arginina, Alfa-Cetoglutarato de Calcio), Aglutininas (Dióxido de Silicio, Sales de Calcio de Ácido Ortofosfórico), L-Tirosina (forma libre de aminoácidos), Agente de Carga (Maltodextrina), Aroma, Cafeína Anhidra, Extracto de Hoja de Té Verde (*Camellia Sinensis*) (estandarizado al 95% de Polifenoles y 5% de Cafeína), Edulcorantes (Sucralosa, Acesulfamo-K), Extracto de cáscara de naranja dulce (*Citrus Sinensis*) 100%, Nicotinamida (vitamina B3), Extracto de semilla de guaraná (*Paullinia cupana*) (estandarizado al 22% de Cafeína), Colorante [Ponceau 4R\*\*\*], Extracto de fruto de pimienta negra (*Piper nigrum*) (estandarizado al 95% de Piperina).

**\*\*\*Ponceau 4R:** Puede tener efectos adversos sobre la actividad y la atención de los niños. Información sobre alérgenos: Para los alérgenos, véanse los ingredientes en negrita. Fabricado en una instalación que utiliza leche, soja, huevos y frutos secos. Modo de empleo: Mezclar 2 cacitos de polvo (19 g) con 250-300 ml de agua fría y consumir 30 minutos antes de iniciar la actividad física. Si no ha utilizado el producto antes, se recomienda mezclar 1 cacito de polvo (9,5 g) con 250-300 ml de agua fría y consumir 30 minutos antes de iniciar la actividad física. Advertencia: Los complementos alimenticios no sustituyen una dieta equilibrada y un estilo de vida saludable. No supere la dosis diaria recomendada. No utilizar en caso de alergia a alguno de los componentes del complemento. Consulte a su médico antes de utilizarlo. No se recomienda su uso a personas medicadas. En algunos casos, la beta-alanina puede provocar una sensación de hormigueo temporal e inofensiva en la piel. El envase contiene 1 sobre de gel de sílice para la absorción de humedad. No consumir ni desechar hasta que se haya agotado todo el contenido. Condiciones de almacenamiento: Mantener fuera del alcance de los niños. Mantener el vial bien cerrado a temperaturas entre 5-30°C. Mantener alejado del calor directo, la humedad y la luz solar. Una vez abierto, no conservar durante más de 6 meses. Fecha de caducidad, número de lote: Fecha de caducidad indicada en el envase. Ver fecha indicada en el campo LOTE/EXP en la parte inferior del envase.

IT ES

**INFORMAZIONI NUTRIZIONALI**  
**INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

**20 porzioni per contenitore**  
**20 porciones por envase**  
**Porzione:** 2 cucchiaini colmi (19 g)  
**Porción:** 2 cucharadas colmadas (19 g)

| CONTENUTO / CONTENIDO                                                                                                                                 | /100 g            | /PORZIONE<br>/PORCIÓN 19 g   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|------------------------------|
| Vitamina B3 / Vitamina B3                                                                                                                             | 250 mg            | 47.6 mg<br>(297% DRV / VNR*) |
| L-Citrullina DL-Malato (2:1)<br>/ L-Citrulina DL-Malato (2:1)<br>di cui L-Citrullina / de los cuales L-Citrulina                                      | 31.6 g<br>22.85 g | 6004 mg<br>4340 mg           |
| Complesso A-AKG / Complejo A-AKG                                                                                                                      | 21.1 g            | 4009 mg                      |
| - L-Arginina / L-Arginina                                                                                                                             | 14.1 g            | 2679 mg                      |
| - Calcio alfa-cetoglutarato<br>/ Calcio alfa-cetoglutarato                                                                                            | 7 g               | 1330 mg                      |
| Beta-Alanina / Beta-Alanina                                                                                                                           | 28.95 g           | 5500 mg                      |
| L-Tirosina / L-Tirosina                                                                                                                               | 2630 mg           | 500 mg                       |
| Té verde ( <i>Camellia sinensis</i> )                                                                                                                 | 1320 mg           | 250 mg                       |
| Estratto di foglie<br>/ Té verde ( <i>Camellia sinensis</i> )                                                                                         |                   |                              |
| Extracto de hojas                                                                                                                                     |                   |                              |
| - Polifenoli totali<br>/ Polifenoles totales                                                                                                          | 1254 mg           | 237 mg                       |
| - Caffeina / Caffeina                                                                                                                                 | 66 mg             | 13 mg                        |
| Arancia dolce ( <i>Citrus sinensis</i> )-<br>Estratto al 100% di buccia<br>/ Naranja dulce ( <i>Citrus sinensis</i> )-<br>Extracto de cáscara al 100% | 980 mg            | 186 mg                       |
| Caffeina anidra<br>/ Caffeina anhidra                                                                                                                 | 1840 mg           | 350 mg                       |
| Guaraná ( <i>Paulina cupana</i> ) estratto<br>/ Guaraná ( <i>Paulina cupana</i> ) extracto                                                            | 210 mg            | 41 mg                        |
| - Caffeina / Caffeina                                                                                                                                 | 46 mg             | 9 mg                         |
| Pepe nero ( <i>Piper nigrum</i> )<br>(25-35:1) estratto                                                                                               | 10 mg             | 1.9 mg                       |
| Pimienta negra ( <i>Piper nigrum</i> )<br>(25-35:1) extracto                                                                                          |                   |                              |
| - Piperina / Piperina                                                                                                                                 | 9 mg              | 1.7 mg                       |

\*\*DRV: Valori di riferimento: Assunzione di riferimento per un adulto medio (8400 kJ/2000 kcal).

\*\*VNR: Valores nutricionales de referencia: Ingesta de referencia de un adulto medio (8400kJ/2000kCal).

**NL**

BLOOD & GUTS, PRE-WORKOUT: Watermeloen smaak. Voedingssupplement. Zonder aspartaam. Met zoetstoffen. Hoog cafeïnegehalte (372 mg/portie). Niet aanbevolen voor kinderen en zwangere vrouwen of vrouwen die borstvoeding geven. Blood & Guts wordt aanbevolen voor lichamelijk actieve mensen, vooral voor mensen die intensieve krachttrainingen met een hoog volume doen. Ingrediënten: L-Citrulline DL-Malaat (2: 1), Beta-alanine, A-AKG Complex (L-Arginine, Calcium Alpha-Ketoglutaaraat), Antiklontermiddelen (Siliciumdioxide, Orthofosforzuur Calciumzouten), L-Tyrosine (vrije vorm van aminozuren), Vulstof (Maltodextrine), Smaakstof, Watervrije Cafeïne, Groene Thee Blad Extract (*Camellia Sinensis*) (gestandaardiseerd op 95% Polyfenolen en 5% Cafeïne), Zoetstoffen (Sucralose, Acesulfam-K), Zoete sinaasappelschil extract (*Citrus Sinensis*) 100%, Nicotinamide (Vitamine B3), Guarana zaad extract (*Paullinia cupana*) (gestandaardiseerd op 22% Cafeïne), Kleurstof (Ponceau 4R\*\*\*), Zwarte peper fruitextract (*Piper nigrum*) (gestandaardiseerd op 95% Piperine). \*\*\*Ponceau 4R: Kan een negatieve invloed hebben op de activiteit en aandacht bij kinderen. Allergeneninformatie: Voor allergenen, zie vetgedrukte ingrediënten. Geproduceerd in een fabriek waar melk, soja, eieren en noten worden gebruikt. Gebruiksaanwijzing: Meng 2 maatscheppen poeder (19 g) met 250-300 ml koud water en consumeer 30 minuten voor de fysieke activiteit. Als je het product nog niet eerder hebt gebruikt, raden we aan 1 maatschep poeder (9,5 g) te mengen met 250-300 ml koud water en 30 minuten voor aanvang van de fysieke activiteit te nuttigen. Waarschuwing: Voedingssupplementen zijn geen vervanging voor een evenwichtige voeding en een gezonde levensstijl. De aanbevolen dagelijkse dosis niet overschrijden! Niet gebruiken als je allergisch bent voor een van de bestanddelen van het supplement. Raadpleeg uw arts voor gebruik. Niet aanbevolen voor gebruik door mensen die medicijnen gebruiken. In sommige gevallen kan bèta-alanine een onschuldig en tijdelijk tintelend gevoel in de huid veroorzaken. De verpakking bevat 1 zakje silica gel voor vochtopname. Niet gebruiken of weggooien voordat de volledige inhoud is opgebruikt! Bewaarcondities: Buiten bereik van kinderen bewaren. De verpakking goed gesloten bewaren bij temperaturen tussen 5-30°C. Verwijderd houden van directe warmte, vocht en zonlicht. Na opening niet langer dan 6 maanden bewaren. Houdbaarheidsdatum, chargenummer: Ten minste houdbaar tot de datum op de verpakking. Zie datum vermeld in het LOT/EXP-veld onderaan de verpakking.

**SE**

BLOOD & GUTS, PRE-WORKOUT Kosttillskott före träning: Vattenmelonsmak. Kosttillskott. Fri från aspartam. Med sötningsmedel. Högt koffeinhalt (372 mg/portion). Rekommenderas inte för barn och gravida eller ammande kvinnor. Blood & Guts rekommenderas för fysiskt aktiva personer, särskilt de som har högtintensiva styrketräningspass med hög volym. Ingredienser: L-citrullin DL-malat (2: 1), Beta-alanin, A-AKG-komplex (L-arginin, kalcium-alfa-ketoglutarat), bindemedel (kiseldioxid, kalciumsalter av ortofosforsyra), L-tyrosin (fri form av aminosyror), fyllnadsmedel (maltodextrin), arom, vattenfritt koffein, extrakt av grönt teblad (*Camellia Sinensis*) (standardiserat till 95% polyfenoler och 5% koffein), sötningsmedel (sukralos, Acesulfam-K), extrakt av sötapelsinskal (*Citrus Sinensis*) 100%, nikotinamid (vitamin B3), extrakt av guaranafrü (*Paullinia cupana*) [standardiserat till 22% koffein], färgämne (Ponceau 4R\*\*\*), extrakt av svartpepparfrukt (*Piper nigrum*) (standardiserat till 95% piperin). \*\*\*Ponceau 4R: Kan ha en negativ effekt på aktivitet och uppmärksamhet hos barn. Information om allergener: För allergener, se fetmarkerade ingredienser. Tillverkad i en anläggning som använder mjölk, soja, ägg och nötter. Bruksanvisning: Blanda 2 skopor pulver (19 g) med 250-300 ml kallt vatten och konsumera 30 minuter före fysisk aktivitet. Om du inte har använt produkten tidigare rekommenderar vi att du blandar 1 skopa pulver (9,5 g) med 250-300 ml kallt vatten och intar 30 minuter innan du påbörjar fysisk aktivitet. Varning: Kosttillskott är inte en ersättning för en balanserad kost och en hälsosam livsstil. Överskrid inte den rekommenderade dagliga dosen! Använd inte om du är allergisk mot någon av kosttillskottets komponenter. Rådgrör med din läkare före användning. Rekommenderas inte för användning av personer med medicinering. I vissa fall kan beta-alanin orsaka en ofarlig och tillfällig stickande känsla i huden. Behållaren innehåller 1 påse kisegel för fuktabsorption. Förbrukas eller kasseras inte förrän hela innehållet har förbrukats! Förvaringsförhållanden: Förvaras oåtkomligt för barn. Förvara injektionsflaskan tätt tillsluten vid temperaturer mellan 5-30°C. Förvaras åtskilt från direkt värme, fukt och solljus. Efter öppnandet, förvara inte i mer än 6 månader. Utgångsdatum, batchnummer: Bäst före-datum på förpackningen. Se datum som anges i fältet LOT/EXP längst ned på behållaren.

**NL SE**

## VQEDINGSINFORMATIE NÄRINGSINFORMATION

20 porties per verpakking  
20 portionen per behållare  
Portiegrootte: 2 afgestreden schepjes (19 g)  
Portionsstorlek: 2 generösa skopor (19 g)

| INHOUD / INNEHÅLL                                                                     | /100 g  | /PORTIE /SERVERING 19 g       |
|---------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------|
| Vitamine B3 / Vitamin B3                                                              | 250 mg  | 47.6 mg<br>(297% DRV / DRV**) |
| L-Citrulline DL-Malaat (2:1) / L-Citrullin DL-Malat (2:1)                             | 31.6 g  | 6004 mg                       |
| waarvan L-Citrulline / varav L-Citrullin                                              | 22.85 g | 4340 mg                       |
| A-AKG-complex/ A-AKG-komplex                                                          | 21.1 g  | 4009 mg                       |
| - L-Arginine / L-Arginin                                                              | 14.1 g  | 2679 mg                       |
| - Calcium Alpha-Ketoglutarate                                                         | 7 g     | 1330 mg                       |
| / Kalcium Alfa-Ketoglutarat                                                           |         |                               |
| Beta-Alanine / Beta-Alanin                                                            | 28.95 g | 5500 mg                       |
| L-Tyrosine / L-Tyrosin                                                                | 2630 mg | 500 mg                        |
| Groene thee ( <i>Camellia sinensis</i> ) Bladextract                                  | 1320 mg | 250 mg                        |
| / Grönt te ( <i>Camellia sinensis</i> ) Bladextrakt                                   |         |                               |
| - Totale polyfenolen                                                                  | 1254 mg | 237 mg                        |
| / Totala polyfenoler                                                                  |         |                               |
| - Cafeïne / Koffein                                                                   | 66 mg   | 13 mg                         |
| Zoete sinaasappel ( <i>Citrus sinensis</i> )-100% schil extract                       | 980 mg  | 186 mg                        |
| / Söt apelsin ( <i>Citrus sinensis</i> )-100% skal extrakt                            |         |                               |
| Cafeïne Anhydrous / Koffein Anhydrat                                                  | 1840 mg | 350 mg                        |
| Guarana ( <i>Paulina cupana</i> ) extract / Guarana ( <i>Paulina cupana</i> ) extrakt | 210 mg  | 41 mg                         |
| - Cafeïne / Koffein                                                                   | 46 mg   | 9 mg                          |
| Zwarte peper ( <i>Piper nigrum</i> ) (25-35:1) extract                                | 10 mg   | 1.9 mg                        |
| Svartpeppar ( <i>Piper nigrum</i> ) (25-35:1) extrakt                                 |         |                               |
| - Piperine / Piperin                                                                  | 9 mg    | 1.7 mg                        |

\*\*DRV: Voedingsreferentiewaarden: Referentie-inname van een gemiddelde volwassene (8400kJ/2000kCal).

\*DRV: Kostreferensvärden: Referensintag för en genomsnittlig vuxen (8400kJ/2000kCal).

**PL**

BLOOD & GUTS, PRE-WORKOUT Supplement przedtreningowy: o smaku arbuza. Supplement diety. Nie zawiera aspartamu. Zawiera substancje słodzące. Wysoka zawartość kofeiny (372 mg/porcja). Niezalecany dla dzieci, kobiet w ciąży i karmiących piersią. Blood & Guts jest zalecany dla osób aktywnych fizycznie, szczególnie tych, które wykonują treningi siłowe o dużej intensywności i objętości. Składniki: DL-jabłczan L-cytruliny (2: 1), beta-alanina, kompleks A-AKG (L-arginina, alfa-ketoglutaran wapnia), substancje wiążące (dwutlenek krzemu, sole wapnia kwasu ortofosforowego), L-tyrozyna (wolna forma aminokwasów), substancja wypelniająca (maltodekstryna), aromat, kofeina bezwodna, ekstrakt z liści zielonej herbaty (*Camellia Sinensis*) (standardyzowany na 95% polifenoli i 5% kofeiny), Substancje słodzące (sukraloza, Acesulfam-K), ekstrakt ze skórk pomarańczy stokdziej (*Citrus Sinensis*) 100%, nikotynamid (witamina B3), ekstrakt z nasion guarany (*Paullinia cupana*) (standardyzowany na 22% kofeiny), barwnik (Ponceau 4R\*\*\*), ekstrakt z owoców pieprzu czarnego (*Piper nigrum*) (standardyzowany na 95% piperyny). \*\*\*Ponceau 4R: Może mieć szkodliwy wpływ na aktywność i skupienie uwagi u dzieci. Informacje o alerginach: Alergeny znajdują się w składnikach zaznaczonych pogrubioną czcionką. Wyprodukowano w zakładzie wykorzystującym mleko, soję, jaja i orzechy. Sposób użycia: Wymieszać 2 miarki proszku (19 g) z 250-300 ml zimnej wody i spożyć 30 minut przed rozpoczęciem aktywności fizycznej. Jeśli produkt nie był wcześniej stosowany, zaleca się wymieszanie 1 miarki proszku (9,5 g) z 250-300 ml zimnej wody i spożycie 30 minut przed rozpoczęciem aktywności fizycznej. Ostrzeżenie: Suplementy diety nie zastępują zbilansowanej diety i zdrowego trybu życia. Nie należy przekraczać zalecaniej dziennej dawki! Nie stosować w przypadku uczulenia na którykolwiek ze składników suplementu. Przed użyciem należy skonsultować się z lekarzem. Nie zaleca się stosowania przez osoby przyjmujące leki. W niektórych przypadkach beta-alanina może powodować nieszkodliwe i tymczasowe mrowienie skóry. Opakowanie zawiera 1 saszetkę żelu krzemionkowego do wchłaniania wilgoci. Nie należy jej spożywać ani wyrzucać przed zużyciem całej zawartości! Warunki przechowywania: Przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci. Opakowanie przechowywać szczelnie zamknięte w temperaturze 5-30°C (41-86°F). Chronić przed bezpośrednim działaniem ciepła, wilgoci i światła słonecznego. Po otwarciu nie przechowywać dłużej niż 6 miesięcy. Data ważności, numer partii: Najlepiej spożyć przed datą podaną na opakowaniu. Patrz data wskazana w polu LOT/EXP na spodzie pojemnika.

**RO**

BLOOD & GUTS, PRE-WORKOUT Supliment înainte de antrenament: Cu aromă de pepene roșu. Supliment alimentar. Fără aspartam. Cu îndulcitori. Conținut ridicat de cofeină (372 mg/porție). Nerecomandat copiilor și femeilor însărcinate sau care alăptează. Blood & Guts este recomandat persoanelor active din punct de vedere fizic, în special celor care au sesiuni de antrenament de forță de intensitate mare și volum ridicat. Ingrediente: L-Citrulină DL-Malat (2:1), Beta-alanină, Complex A-AKG (L-Arginină, Alfa-Cetoglutarat de Calciu), Agenți antiaglomeranți (Dioxid de siliciu, Săruri de calciu ale acidului ortofosforic), L-Tirozină (formă liberă de aminoacizi), Agent de încărcare (Maltodeextrină), Aromă, Cafeină anhidră, Extract din frunze de Ceai verde (Camellia Sinensis) (standardizat la 95% Polifenoli și 5% Cafeină), Îndulcitori (Sucraloză, Acesulfam-K), Extract 100% din coajă de Portocală dulce (Citrus Sinensis), Nicotinamidă (Vitamina B3), Extract din semințe de Guarana (Paullinia cupana) (standardizat la 22% Cafeină), Colorant (Ponceau 4R\*\*\*), Extract din fructe de Piper negru (Piper nigrum) (standardizat la 95% Piperină). \*\*\*Ponceau 4R: Poate avea un efect advers asupra activității și atenției la copii. Informații despre alergeni: Pentru alergici, consultați ingredientele scrise cu litere îngroșate. Produs fabricat într-o unitate care utilizează lapte, soia, ouă și nuci. Instrucțiuni de utilizare: Amestecați 2 măsuri de pulbere (19 g) cu 250-300 ml de apă rece și consumați cu 30 de minute înainte de a începe activitatea fizică. Dacă nu ați mai folosit produsul, recomandăm să amestecați 1 măsură de pulbere (9,5 g) cu 250-300 ml de apă rece și consumați cu 30 de minute înainte de a începe activitatea fizică. Atenționări: Suplimentele alimentare nu înlocuiesc o dietă echilibrată și un stil de viață sănătos. Nu depășiți doza zilnică recomandată! Nu utilizați dacă sunteți alergic la oricare dintre compuşii suplimentului. Consultați medicul înainte de utilizare. Nu se recomandă utilizarea de către persoanele care urmează un tratament medicamentos. În anumite cazuri, beta-alanina poate provoca o senzație inofensivă și temporară de furnicăuri la nivelul pielii. Recipientul conține 1 pluc de silica gel pentru absorbția umidității. A nu se consuma și a nu se arunca până la epuizarea întregului conținut! Condiții de depozitare: A nu se păstra la îndemâna copiilor. Păstrați flaconul bine închis la temperaturi cuprinse între 5-30°C (41-86°F). A se păstra departe de căldura directă, umiditate și lumina soarelui. După deschidere, nu păstrați produsul mai mult de 6 luni. Dată de expirare, număr lot: A se consuma de preferință înainte de data înscricționată pe ambalaj. A se vedea data indicată în câmpul LOT/EXP de la baza recipientului. Deținător notificare: DY Nutrition Global SA.

**RO PL**

## INFORMATII NUTRITIONALE INFORMACJE ŻYWIENIOWE

20 de porții per recipient  
20 porcji na opakowanie  
Mărimea porției: 2 scoop-uri pline (19 g)  
Rozmiair porcji: 2 petne miarki (19 g)

| CONȚINUT / ZAWARTOȘĆ                                                                   | /100 g  | /PORTIE /PORCJA 19 g          |
|----------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------|
| Vitamina B3 / Witamina B3                                                              | 250 mg  | 47.6 mg<br>(297% VNR / DRV**) |
| L-Citrulină DL-Malat (2:1) / L-Cytrulina DL-Malat (2:1)                                | 31.6 g  | 6004 mg                       |
| din care L-Citrulină / w tym L-Cytrulina                                               | 22.85 g | 4340 mg                       |
| Complex A-AKG / Kompleks A-AKG                                                         | 21.1 g  | 4009 mg                       |
| - L-Arginină / L-Arginina                                                              | 14.1 g  | 2679 mg                       |
| - Alfa-Chetoglutarat de calciu                                                         | 7 g     | 1330 mg                       |
| / Alfa-Ketoglutaran wapnia                                                             |         |                               |
| Beta-Alanină / Beta-Alanina                                                            | 28.95 g | 5500 mg                       |
| L-Tirozină / L-Tyrozyna                                                                | 2630 mg | 500 mg                        |
| Ceai verde ( <i>Camellia sinensis</i> )                                                | 1320 mg | 250 mg                        |
| Extract de frunze / Zielona herbata ( <i>Camellia sinensis</i> )                       |         |                               |
| Ekstrakt z liści                                                                       |         |                               |
| - Polifenoli totali                                                                    | 1254 mg | 237 mg                        |
| / Calkowita zawartość polifenoli                                                       |         |                               |
| - Cafeină / Kofeina                                                                    | 66 mg   | 13 mg                         |
| Portocală dulce ( <i>Citrus sinensis</i> )-Extract de coajă 100%                       | 980 mg  | 186 mg                        |
| / Stodka pomarańcza ( <i>Citrus sinensis</i> )-Ekstrakt z 100% skórkii                 |         |                               |
| Cafeină anhidră / Kofeina bezwodna                                                     | 1840 mg | 350 mg                        |
| Guarana ( <i>Paulina cupana</i> ) Extract / Guarana ( <i>Paulina cupana</i> ) Ekstrakt | 210 mg  | 41 mg                         |
| - Cafeină / Kofeina                                                                    | 46 mg   | 9 mg                          |
| Piper negru ( <i>Piper nigrum</i> ) (25-35:1) Extract                                  | 10 mg   | 1.9 mg                        |
| Czarny pieprz ( <i>Piper nigrum</i> ) (25-35:1) Ekstrakt                               |         |                               |
| - Piperină / Piperyna                                                                  | 9 mg    | 1.7 mg                        |

\*\*VNR: Valorile nutriționale de referință: Aportul de referință al unui adult mediu (8400kJ/2000kCal).

\*\*DRV: Referenčnýne wartości żywniowe: Referenčnýna wartość spożycia dla przeciętnej osoby dorosłej (8400kJ/2000kCal).