

---

Subject: Darreichungsform NEM's

Posted by [Schnitzelchen](#) on Sun, 28 Sep 2014 13:08:11 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Leute,

ich habe mal eine grundsätzliche Frage zu der Supplementierung von Nahrungsergänzungsmitteln.

Kann man sagen, dass das eine besser vom Körper aufgenommen wird als das andere?

Kapseln sind sicherlich einfacher in der Handhabung, aber wenn Pulver vielleicht besser wirkt, würde ich Pulver bevorzugen.

Ich überlege stark mal ein bisschen Maca zu testen und auch bei MSM überlege ich zur Zeit noch.

Danke für Eure Antworten.

---