

---

Subject: welche vitamine, mineralstoffe & aminosäuren ?

Posted by [taichi](#) on Fri, 21 Jul 2006 09:17:12 GMT

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

---

hallo.

ich sehe in euren signaturen immer wieder, dass ihr euch ne menge von diesem zeug einwerft.

ich möchte das nun auch probieren, bin aber unsicher, was wirklich sinnvoll ist. bisher nehme ich nur zink und biotin.

was ratet ihr mir?

danke & gruss

---