

---

Subject: Welches Magnesium am besten (bioverfügbarkeit/Wirkung)

Posted by [Fliesengott](#) on Tue, 30 Mar 2021 12:26:25 GMT

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

---

Hallo,

Hat jemand einen Tipp, welches magnesium eine gute bioverfügbarkeit hat und gute Wirkung erzielt bzgl. Erweiterung von Blutgefäßen und Beruhigung von Nerven?

---