

---

Subject: Whey-Protein

Posted by [Ralf3](#) on Sat, 02 Aug 2008 16:38:02 GMT

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

---

Warum ist dieses Whey-Protein eigentlich so gut, gegenüber den normalen Protein-Pulvern von DM, Schlecker und Co.??

---

---

Subject: Re: Whey-Protein

Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Sat, 02 Aug 2008 18:46:42 GMT

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

---

weil es schneller vom körper aufgenommen wird.. die anderen proteine haben auch vorteile..kommt halt auf die einnahmezeit drauf an..vor und nach dem training brauchst du am besten schnell verfügbare proteine (whey).. aber eigtl is das ganze Geldverschwendung es sei denn du hast zuviel davon

---

---

Subject: Re: Whey-Protein

Posted by [bananas](#) on Sat, 09 Aug 2008 15:17:59 GMT

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

---

Wenn man jedoch nicht täglich Putenschnitzel essen will, ist das aber eine gute Alternative. Vor allem auch eine Art Ritual oder Belohnung nach einem positiven Training.

---

---

Subject: Re: Whey-Protein

Posted by [Ralf3](#) on Sat, 09 Aug 2008 17:08:52 GMT

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

---

Haar-in-der-Suppe schrieb am Sam, 02 August 2008 20:46weil es schneller vom körper aufgenommen wird.. die anderen proteine haben auch vorteile..kommt halt auf die einnahmezeit drauf an..vor und nach dem training brauchst du am besten schnell verfügbare proteine (whey).. aber eigtl is das ganze Geldverschwendung es sei denn du hast zuviel davon

Danke Haar-in-der-Suppe!!

---