
Subject: Ist das als NEM Schrott oder brauchbar?
Posted by [humboldt](#) on Tue, 28 Feb 2006 11:20:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo zusammen,

habe schon mehrfach diese Anzeige in Zeitschriften und im I-Net gesehen:

<http://www.am1.de>

Ist das Zeug in den Dosierungen gut oder sollte man eher die Finger davon lassen?

Ich suche noch ein vernünftiges NEM-Produkt, möchte aber nicht mehrere Kapseln einwerfen!

Gruß, humboldt

Subject: Re: Ist das als NEM Schrott oder brauchbar?
Posted by [pilos](#) on Tue, 28 Feb 2006 12:07:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

SCHROTT

Subject: Pilos, kennst du ein brauchbares NEM-Produkt?
Posted by [humboldt](#) on Wed, 01 Mar 2006 13:27:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Möchte mir ungern mehrere Kapseln NEM am Tag einwerfen! Gibt es ein brauchbares Produkt, was in vernünftiger Dosis möglichst breitgefächert ist und zudem auch noch einigermaßen günstig?

Gibt's das?

Gruß, humboldt

Subject: Re: Pilos, kennst du ein brauchbares NEM-Produkt?
Posted by [FrankfurtER-1974](#) on Wed, 01 Mar 2006 13:34:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nö, das gibts nicht. Leider. Ich würfel mein Zeug auch so zusammen...

Subject: Re: Ist das als NEM Schrott oder brauchbar?
Posted by [strike](#) on Wed, 01 Mar 2006 13:45:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Subject: Re: Ist das als NEM Schrott oder brauchbar? @ 7321
Posted by [strike](#) on Fri, 03 Mar 2006 14:39:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Subject: Re: Ist das als NEM Schrott oder brauchbar? @ 7321
Posted by [Padme](#) on Fri, 03 Mar 2006 15:01:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

strike schrieb am Fre, 03 März 2006 15:39
Hallo 7321,

mein *Schatten* schnüffelt zwar immer hinter mir her, kapiert aber nur die Hälfte.
Also lass Dich nicht irritieren, die Aussage mit dem Zink u. Magnesium stimmt. Zink und Magnesium nicht zusammen nehmen!

Wenn ich hier mal aufgezählt habe, was überhaupt alles zusammen genommen werden muß, damit es (überhaupt) verstoffwechselt wird, bedeutet das nicht, daß man es zeitgleich in den Mund schmeißt.

LG strike

Dein Schatten sucht wie alle hier nach Aufklärung und Wissen . Und wenn Du Dich widersprichst bzw. wichtige Ergänzungen wie "zeitgleich" nicht dazuschreibst, kapiert hier keiner was.

Subject: Re: Ist das als NEM Schrott oder brauchbar? @ 7321

Posted by [Padme](#) on Fri, 03 Mar 2006 15:20:07 GMT

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

Ein Hinweis, wie immer in SACHLICHEM Ton: Auf solche Widersprüche weise ich bei jedem Beitrag hin, wenn es mir auffällt.

Subject: Re: Ist das als NEM Schrott oder brauchbar? @ 7321

Posted by [mare](#) on Fri, 03 Mar 2006 17:01:07 GMT

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

strike schrieb am Fre, 03 März 2006 15:39

Hallo 7321,

mein *Schatten* schnüffelt zwar immer hinter mir her, kapiert aber nur die Hälfte.
Also lass Dich nicht irritieren, die Aussage mit dem Zink u. Magnesium stimmt. Zink und Magnesium nicht zusammen nehmen!

Wenn ich hier mal aufgezählt habe, was überhaupt alles zusammen genommen werden muß, damit es (überhaupt) verstoffwechselt wird, bedeutet das nicht, daß man es zeitgleich in den Mund schmeißt.

LG strike

verstehe jetzt nix mehr...

also ich hab bis her immer abend eine Zink + eine Magnesium tablette eingeworfen.

Ist das nun falsch?

Wenn ja, warum? Diese ZMA Produkte nimmt man doch auch ZEITGLEICH in den Mund also Mg+Zn ZEITGLEICH...

danke für Aufklärung...

Subject: Re: - - - @ mare

Posted by [strike](#) on Sat, 04 Mar 2006 08:07:23 GMT

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

Du hast eine PN!

Subject: Re: Ist das als NEM Schrott oder brauchbar?

Posted by [Figaro03](#) on Sun, 05 Mar 2006 11:02:34 GMT

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

@Strike erkläre mir das doch bitte auch...

habe mich auch schon die ganze Zeit für interessiert, und will jetzt nicht ne halbe Stunde im Forum suchen...

Warum soll man NEMs getrennt nehmen?

Zitat: verstehe jetzt nix mehr... Confused

also ich hab bis her immer abend eine Zink + eine Magnesium tablette eingeworfen.

Ist das nun falsch?

Wenn ja, warum? Diese ZMA Produkte nimmt man doch auch ZEITGLEICH in den Mund also Mg+Zn ZEITGLEICH...

danke für Aufklärung...

Subject: Re: Pilos, kennst du ein brauchbares NEM-Produkt?

Posted by [tvtotalfan](#) on Sun, 05 Mar 2006 11:24:43 GMT

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

humboldt schrieb am Mit, 01 März 2006 14:27 Möchte mir ungern mehrere Kapseln NEM am Tag einwerfen! Gibt es ein brauchbares Produkt, was in vernünftiger Dosis möglichst breitgefächert ist und zudem auch noch einigermaßen günstig?

Gibt's das?

Gruß, humboldt

ich war gestern im EDEKA-Laden und hab mir ein Multivitamin-Mineralstoffe-Spurenelement-präparat gekauft das glaube ich richtig gut ist. 100 Tabletten für ca. 3,40 Euro, pro Tag eine einnehmen.

Geh einfach mal in EDEKA und schaus dir an...

Subject: Re: Pilos, kennst du ein brauchbares NEM-Produkt?

Posted by [Figaro03](#) on Sun, 05 Mar 2006 11:49:00 GMT

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

Pilos hatte auch mal eines empfohlen, das war das hier:

<http://www.vanverde.de/assets/s2dmain.html?http://www.vanverde.de/532008961e0884e16/53200896230a2090a/53200896240e98431.html>

Subject: Re: Pilos, kennst du ein brauchbares NEM-Produkt?

Posted by [pilos](#) on Sun, 05 Mar 2006 11:53:31 GMT

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

Figaro03 schrieb am Son, 05 März 2006 12:49Pilos hatte auch mal eines empfohlen, das war das hier:

<http://www.vanverde.de/assets/s2dmain.html?http://www.vanverde.de/532008961e0884e16/53200896230a2090a/53200896240e98431.html>

ich habe es nicht empfohlen..... ich habe es nur rausgesucht....

Subject: Re: Ist das als NEM Schrott oder brauchbar?

Posted by [Figaro03](#) on Sun, 05 Mar 2006 12:06:11 GMT

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

Zitat: @Strike erkläre mir das doch bitte auch... Smile

habe mich auch schon die ganze Zeit für interessiert, und will jetzt nicht ne halbe Stunde im Forum suchen...

Warum soll man NEMs getrennt nehmen?

Okay habe auch jetzt hier die Antwort, dank Pilos:

http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/12315/1297/0///5674f9d012c54281b89433b6bff9cf0b/#msg_12315

Subject: Re: Ist das als NEM Schrott oder brauchbar?

Posted by [Sssnake](#) on Sun, 05 Mar 2006 15:16:09 GMT

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

Soll man Zink und Magnesium tatsächlich getrennt einnehmen? Das kann ich mir nicht vorstellen. Warum gibt's dann ZMA. Das hat ein gewisser Victor Conte "erfunden". Und der weiß, glaube ich, was er tut!?

Subject: Re: Ist das als NEM Schrott oder brauchbar?

Posted by [Figaro03](#) on Sun, 05 Mar 2006 16:51:44 GMT

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

Zitat:

Warum soll man NEMs getrennt nehmen?

Okay habe auch jetzt hier die Antwort, dank Pilos:

Da mich gerade eben schon jemand angeschrieben hat: In dem Beitrag steht nichts über Magnesium und Zink. Mir ging es zuerst mal nur um die Frage, warum man allgemein NEMs getrennt nehmen soll.

Falls also jemand die Magnesium-Zink Antwort weiß, würde es mich auch freuen.

Subject: Re: Ist das als NEM Schrott oder brauchbar?

Posted by [Sssnake](#) on Sun, 05 Mar 2006 20:59:01 GMT

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

Calcium and ZMA in Instant Mass, a good combination?

A lot of people have been asking why we put ZMA in our Instant Mass, when the calcium present in the protein prevents the effective absorption of the ZMA. Well here is the answer...

First of all you can mix calcium with ZMA contrary to what so called "experts" might say.

I'll explain why. ZMA is a simple mix of Zinc Monomethionine, Magnesium Aspartate, and Vitamin B6.

Both Zinc Monomethionine and Magnesium Aspartate are amino acid chelated. Chelation is a chemical process in which amino acids are reacted with minerals to form chelates. A better way to describe them would be mineral peptides. They have a very small molecular weight (less than 800 Daltons) and are treated by the body, or the digestive system, as small peptides. Much like a di-peptide. They pass straight through the intestine wall.

Herein lies the tremendous failing and misunderstanding of the calcium/ZMA rigmarole. It is true that Zinc/Calcium/Magnesium salts will compete for absorption in the intestine. BUT only salts, i.e. Magnesium Oxide, Zinc Citrate etc. When we look at say Zinc Monomethionine for example it comprises 20% Zinc and 80% L-monomethionine. You can now see the science behind chelated minerals and why they are so effective.

Unfortunately people will often just pick up a book and read that Zinc should not be taken with Calcium. Even the marketers of ZMA still do not fully understand how it is absorbed, which is downright negligence.

A great deal of our research into minerals and their application for sports nutrition comes from Albion Labs in the USA. Pioneers in amino acid chelation.

Quelle: http://www.reflex-nutrition.com/news/document_14_29.php

Stimmt das? Klingt nicht unlogisch. Und Zink-Magnesium (B6)Präparate gibt's im Bodybuilding wie Sand am Meer. Wird schon einen Grund haben. Und besagter Victor Conte hat damit seinen Ruf aufgebaut. Er betreute fast die gesamte US-amerikanische track & field Elite, die Creme de la Creme des Profibodybuildings und sehr viele Baseballer als "Ernährungsberater" ...

Subject: Re: Ist das als NEM Schrott oder brauchbar? @ Sssnake und Co.
Posted by [strike](#) on Mon, 06 Mar 2006 06:14:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)
