
Subject: Aminosäuren Cocktail empfehlenswert? (Weider Amino Blast Ampullen)

Posted by [Tyler](#) on Wed, 10 Jun 2009 14:03:02 GMT

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

... ich meine die hier: <http://www.fitness-am.de/Muskelaufbau+Bodybuilding/Weider/Weider-Amino-Blast-Mega-Forte-20-Trinkglaeser-25ml::205.html>

Weider Amino Blast Mega Forte, 20 Ampullen à ca. 40 EUR.

Diese Ampullen sind ein Rundumschlag in punkto Aminosäuren, es sind fast alle enthalten. L-Carnitin scheint leider zu fehlen (gut vor dem Sport, kurbelt Fettverbrennung an).

Tino hat diese Ampullen früher immer empfohlen.

Meine Fragen sind insb.:

- wissen diese eine gute Bioverfügbarkeit auf, d.h. werden sie einer vom Körper leicht verarbeiteten Form dargereicht, sprich, sind sie effektiv?
 - Wie sieht es mit einer Überbelastung der Nieren aus, wenn man eine ganze pro Tag schluckt? Bekanntlich ist ein zu hoher Proteinkonsum (Aminos sind doch Proteine) schlecht für die Nieren und können diese schädigen.
-

Subject: Re: Aminosäuren Cocktail empfehlenswert? (Weider Amino Blast Ampullen)

Posted by [Yes No](#) on Wed, 10 Jun 2009 14:25:56 GMT

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

Na wenn sie Tino früher empfohlen hat, dann sind damit deine Fragen ja beantwortet.

Ich persönlich würde meinen dass es Geldverschwendung ist. Wozu genau soll das nützen? Es sind wenig Aminos für viel Geld, nehme an Gelatinehydrolysat.

Subject: Re: Aminosäuren Cocktail empfehlenswert? (Weider Amino Blast Ampullen)

Posted by [Yes No](#) on Wed, 10 Jun 2009 14:28:26 GMT

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

Na wenn sie Tino früher empfohlen hat, dann sind damit deine Fragen ja beantwortet.

Ich persönlich würde meinen dass es Geldverschwendung ist. Wozu genau soll das nützen? Es sind wenig Aminos für viel Geld.

Subject: Re: Aminosäuren Cocktail empfehlenswert? (Weider Amino Blast Ampullen)

Posted by [Balle](#) on Sat, 13 Jun 2009 12:04:22 GMT

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

Tyler schrieb am Mit, 10 Juni 2009 16:03... ich meine die hier:
<http://www.fitness-am.de/Muskelaufbau+Bodybuilding/Weider/Weider-Amino-Blast-Mega-Forte-20-Trinkglaeser-25ml::205.html>

Weider Amino Blast Mega Forte, 20 Ampullen à ca. 40 EUR.

Diese Ampullen sind ein Rundumschlag in punkto Aminosäuren, es sind fast alle enthalten. L-Carnitin scheint leider zu fehlen (gut vor dem Sport, kurbelt Fettverbrennung an).

Tino hat diese Ampullen früher immer empfohlen.

Meine Fragen sind insb.:

- wissen diese eine gute Bioverfügbarkeit auf, d.h. werden sie einer vom Körper leicht verarbeiteten Form dargereicht, sprich, sind sie effektiv?
- Wie sieht es mit einer Überbelastung der Nieren aus, wenn man eine ganze pro Tag schluckt? Bekanntlich ist ein zu hoher Proteinkonsum (Aminos sind doch Proteine) schlecht für die Nieren und können diese schädigen.

Mein jüngerer Bruder hat ein ganzes Arsenal von diesen Weiderprodukten, Proteine, Aminokapseln, Aminodrinks..., scheint bei ihm aber nicht viel zu bringen.

Subject: Re: Aminosäuren Cocktail empfehlenswert? (Weider Amino Blast Ampullen)

Posted by [Fin](#) on Sat, 08 Aug 2009 04:57:31 GMT

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

ich nehm sie zum muskelaufbau

Subject: Re: Aminosäuren Cocktail empfehlenswert? (Weider Amino Blast Ampullen)

Posted by [Cynic](#) on Sat, 08 Aug 2009 11:11:50 GMT

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

rausgeschmissenes Geld, ganz egal ob für Muskelaufbau oder für die Haare.

Subject: Re: Aminosäuren Cocktail empfehlenswert? (Weider Amino Blast Ampullen)

Posted by [lasmiranda densevilla](#) on Mon, 10 Aug 2009 15:14:28 GMT

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

@ tyler

wenn du viel wasser, flüssigkeit zu dir nimmst, kannst du proteinpulver zu dir nehmen. wenn du zu wenig trinkst, ist das nicht gut für die nieren!

so nebenbei ne story:

war letztens bei meinem hautarzt, um mir finasterid verschreiben zu lassen. hat er gemacht

wollte mir dann noch was gegen meine akne verschreiben lassen (ich denke seit dem ich finasterid nehme hab ich mehr probleme mit pickeln...) - hat mein hautarzt nicht gemacht!!

er sagte, dass finasterid KEINE nebenwirkungen hat!!! naja.....

er hat gemeint, ich soll kein proteinpulver mehr schlucken, durch die b-vitamine bekäme man pickel....was haltet ihr davon? ich selber nehme proteinpulver nur nach dem training, also nicht regelmäßig.

Subject: Re: Aminosäuren Cocktail empfehlenswert? (Weider Amino Blast Ampullen)

Posted by [Fin](#) on Mon, 10 Aug 2009 18:45:45 GMT

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

also zum muskaluaufbau sind aminos wichtig

Subject: Re: Aminosäuren Cocktail empfehlenswert? (Weider Amino Blast Ampullen)

Posted by [lasmiranda densevilla](#) on Mon, 10 Aug 2009 19:48:09 GMT

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

ein bisschen proteinpulver gehört zum ordentlichen muskelaufbau einfach dazu, finde ich!

wichtiger ist jedoch wille und DAS wichtigste ist die genetik!

Subject: Re: Aminosäuren Cocktail empfehlenswert? (Weider Amino Blast Ampullen)

Posted by [Boy2Man](#) on Sun, 20 Sep 2009 11:00:33 GMT

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

lasmiranda densevilla schrieb am Mon, 10 August 2009 17:14@ tyler

wenn du viel wasser, flüssigkeit zu dir nimmst, kannst du proteinpulver zu dir nehmen. wenn du zu wenig trinkst, ist das nicht gut für die nieren!

so nebenbei ne story:

war letztens bei meinem hautarzt, um mir finasterid verschreiben zu lassen. hat er gemacht

wollte mir dann noch was gegen meine akne verschreiben lassen (ich denke seit dem ich finasterid nehme hab ich mehr probleme mit pickeln...) - hat mein hautarzt nicht gemacht!!

er sagte, dass finasterid KEINE nebenwirkungen hat!!! naja.....

er hat gemeint, ich soll kein proteinpulver mehr schlucken, durch die b-vitamine bekäme man pickel....was haltet ihr davon? ich selber nehme proteinpulver nur nach dem training, also nicht regelmäßig.

Dein Arzt hat recht!

Viele bekommen von Proteishakes Pickel. Also entweder Muskelaufbau oder Pickel .

Alternativ kannst Du es mit Eiweissquellen ohne zus. B-Vitamine versuchen. (Bsp. Thunfisch, Quark, Pute, etc.)

Schöne Grüße.
