
Subject: Die wichtigsten NEM's ?

Posted by [alexis84](#) on Tue, 01 Oct 2013 16:14:30 GMT

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

Hey Zusammen,

ich lese hier jetzt auch schon eine Weile mit und würde mich trotzdem freuen wenn man in einem Thread festgehalten werden könnte,
welche Nahrungsergänzungsmittel eurer Meinung nach wichtig sind und zusätzlich eingenommen werden sollten .

Ich meine hier nicht unbedingt NEM's die gegen AGA helfen sollen (wäre aber ein gewünschter Nebeneffekt sondern allgemein dem menschlichen Körper gut tun.

Im Moment nehme ich "nur" Omega 3 von DM sowie Magnesiumcitrat zu mir . Habe nun relativ viel über Vitamin D gelesen (gerade im Herbst und Winter).

Welche Vitamine meint ihr würde sich am meisten lohnen, gerne auch mit Produktvorschlägen...

Würde mich sehr über ein paar Meinungen freuen!

Grüße

Alexis
