

FOZ – SPORTSDRINK

Foz is a product that is developed from many years of study and research of the body's content of phosphate. The right balance is important to secure the body's full effect from training and competition. Foz that is taken just after hard exercise/ competition, will significantly speed up your restitution. Foz is produced to be simple to use and drink. The product is acid neutral, and gives no damage to your teeth.

USERS MANUAL: Blend 1 ½ scoop (65 gr.) with 1 liter of water and shake it well. **Recommended daily dose:** Drink 1 liter of ready mixed foz per day. This will cover your ordinary daily need. Drink foz throughout the day, but in connection with hard training or competition, drink approx. 20 cl before and right after the competition. **Warning!** Larger volume than recommended per day, can give you stomach problems. Foz should not be used by children (< 15 years) or pregnant women, since they do not need extra phosphate.

NICE TO KNOW: If you would prefer more taste on your Foz, just add some fruit juice or lemonade.

FOZ – SPORTDRYCK

Foz är en produkt som är utvecklad efter många års forskning på kroppens innehåll av fosfat. Den rätta balansen är viktig för att kroppen skall ha fullt utbyte av träning och tävlingar. Foz som tas precis efter tävling eller hård träning, ger betydligt förbättrad restitution. Högt intag av karbohydrater, ger större behov för att öka fosfatintaget, för att undvika/minska muskel laktat (mjölksyra). Foz är lätt att blanda och dricka. Produkten ger ingen skada på tänder, låg halt av syra.

ANVÄNDNING: Blanda 1 ½ scoop (65gr.) med 1 liter vatten och skaka väl. **Rekommenderad mängd per dag:** Drick 1 liter färdig sportdryck per dag. Denna mängd täcker ordinarie behov per dag. Fördela intag av drycken över dagen, men vid hårda träningspass / tävlingar, kan foz drickas precis innan och efter tävling/träning. **Varning:** Större mängder dryck per dag kan orsaka magproblem. Foz ger ingen nytta för barn (< 15 år) och gravida kvinnor, de har tillräckligt med fosfat i kroppen, och därför ingen nytta av foz.

TIPS: Om du vill ha lite mera smak på drycken, tillsätt saft eller dylikt.

Best för:

Batch nr.:

foz®



- bedre oksygen- og energitutteltelse
- rask og effektiv restitusjon
- økt muskulær effekt

**HINT AV EPLE SMAK
 LIGHT APPLE TASTE**

FOZ – SPORTSDRIKK

Dette er et produkt som er utviklet gjennom mange års forskning på kroppens fosfatinnhold. Riktig balanse mellom fosfat og energi er viktig for at kroppen skal ha full utbytte av treningen. Inntak av Foz før, under og rett etter trening kan gi betydelig forbedret restitusjon. Høyt inntak av karbohydrater gir større behov for å øke fosfatintaket, dette for å unngå muskel laktat (melkesyre). Høy verdi av laktat i muskelcellene vil gi dårligere restitusjon. Foz er fremstilt slik at den skal være enkel å benytte og drikke. Produktet har lavt syreinnhold og skader derfor ikke tennene.

ANBEFALT DAGSDOSERING: Bland 1 ½ scoop med 1 liter vann og rist godt i 10 sekunder. Drikk 1 liter ferdig sportsdrikk per dag. Dette for å dekke ordinært daglig behov. Fordel inntak av drikken over dagen, men ved harde treningsøkter eller konkurranser, anbefales 2 dl Foz per 30 min, gjerne blandet med en energidrikk. **Advarsel:** større inntak enn anbefalt kan gi løs mage. Barn under 15 år og gravide kvinner har ingen nytte av dette produktet. Årsaken til dette er at barn og gravide kvinner har tilstrekkelig med fosfat i kroppen.

TIPS: Dersom du ønsker litt mer smak på sportsdrikken, kan du blande med saft eller lignende drikker. Foz kan benyttes av alle som driver fysisk aktivitet. Prøv Foz og opplev fordelene!

INGREDIENSER: Natriumdihydrogen fosfat, d – glucose, epleysyre. 100 ml oppløsning inneholder; 0,4 g fosfat, 0,1 g natrium, 0,1 g epleysyre og vann.

Næringsinnhold	pr 65g (dosering)	pr 100g
Energi	959 KJ/229 kcal	1443 KJ/352 kcal
Protein	0 g	0 g
Karbohydrater	57 g	88 g
Fett	0 g	0 g
Natrium	97,5 mg	150 mg

DETTE PRODUKTET ER ET NÆRINGSKONSENTRAT. IKKE INNTA MER ENN ANBEFALT DAGSDOSERING. DETTE PRODUKTET SKAL IKKE ERSTATTE ET VARIERT KOSTHOLD. OPPBEVARES UTILGJENGELIG FOR BARN.

NETTOINNHOOLD 2 KILO

Markedsføres av:
 Primo AS, c/o Ranvik
 Billmannsbakken 36
 1560 Larkollen
 www.foz.no