

# ERDINGER

## ALKOHOLFREI



*Erdinger Alkoholfrei is een tarwebier dat isotoon is, rijk aan vitamines en antioxidanten.*

*Het bevat polyfenolen met een herstelbevorderende en ontstekingsremmende werking en is bovendien caloriearm, alcoholvrij en uitzonderlijk verfrissend!*

**Kortom:**

*Erdinger Alkoholfrei is een ideale sportdrink en eveneens geschikt bij een caloriebeperkend dieet!*



Meerdere onderzoeken wezen het reeds uit: Erdinger Alkoholfrei is een prima hersteldrank voor na het sporten, alsook een verantwoord alternatief voor bier bij het diëten.

Erdinger Alkoholfrei bevat water en koolhydraten, beiden essentieel voor het herstelproces na een wedstrijd. Een recent onderzoek aan de Universiteit van Granada bewijst dat de suikers, zouten en koolzuurgassen in het bier ervoor zorgen dat het vocht sneller door het lichaam wordt opgenomen dan het geval is wanneer de dorst gelest wordt met water. Bovendien vervangen de koolhydraten een aantal van de calorieën die tijdens de inspanning werden verbruikt. Daarnaast zit het bier vol vitamine B en zitten in hop en gerst veel antioxidanten.

Een ander onderzoek, uitgevoerd door de technische Universiteit van München onder 277 marathonlopers, toont aan dat bepaalde verbindingen in bier, zowel alcoholhoudend als alcoholvrij, een rol spelen in het herstel en ziektepreventie van atleten. De werkzame stof in het bier, de polyfenolen (antioxidanten) heeft

een ontstekingsremmende werking en werkt zelfs preventief om ontstekingen te voorkomen.

De eerste testgroep dronk 3 weken voor en 2 weken na de marathon dagelijks 2 à 3 flessen alcoholvrij tarwebier (Erdinger Alcoholfrei). De tweede testgroep kreeg een placebo, met de zelfde smaak maar zonder de werkzame stof. Geen van de testpersonen wist wat ze te drinken kregen.

Het lopen van een langeduurloop zoals een marathon, een ultra of een pittige trail is natuurlijk een aanslag op je lichaam en veroorzaakt spierpijn en kleine ontstekingen. Bij alle lopers werden dan ook ontstekings symptomen waargenomen in de periode na de marathon.

De groep van bierdrinkers had echter beduidend minder ontstekings symptomen én herstelde er sneller van dan de placebogroep. Daarnaast was deze testgroep in de periode na de marathon minder ontvankelijk voor ziektes zoals griep of een verkoudheid dan de placebogroep. Het drinken van Erdinger Alcoholfrei bevordert dus niet alleen het herstel maar verhoogt dus ook je weerstand.

De werkzame stof (de polyfenolen) komt van nature voor in bier, wijn en in bijvoorbeeld mango's en granaatappelen. Maar in tarwebier blijkt het optimaal te zijn. Het bier bevat relatief veel van de polyfenolen én je krijgt er direct vocht, mineralen en koolhydraten mee binnen.

Erdinger Alcoholfrei wordt nog steeds strikt gebrouwen volgens het Duitse "Reinheitsgebot" en mag dus enkel gemout graan, water en hop bevatten. Suiker en andere toevoegsels zijn dan ook strikt verboden. Dit maakt het bier lekker en vooral puur natuur, heel wat anders dan veel sportdranken met een chemische samenstelling.

Alcoholvrij tarwebier lijkt dus de ideale drank om je finish mee te vieren.

## **NRGcenter**

Kruidentlaan 1  
1742 Ternat  
België

✉ [info@nrgcenter.be](mailto:info@nrgcenter.be)

☎ (+32)0475/21.05.87

BTW BE: 0865.304.930

Iban-code: BE64.063393433752

VRIJE INGANG op woensdag en zaterdag var

Andere dagen enkel op afspraak

