



Het belang van vitaminen en mineralen

Vitaminen en mineralen zijn onmisbaar voor de groei, de ontwikkeling en het dagelijks goed blijven functioneren van het menselijke lichaam. De behoefte aan extra vitaminen en mineralen als aanvulling op de voeding is mede afhankelijk van het individuele leef- en eetpatroon.

Daarnaast zijn er specifieke groepen die extra vitaminen en mineralen nodig hebben, zoals sporters en mensen die regelmatig roken of alcohol nuttigen. Sommige vitaminen, mineralen en kruiden (Ginseng) kunnen als bron dienen voor extra energie bij vermoeidheid. Vitaminen en mineralen kunnen je extra energie geven na een periode waarin je je niet fit voelt.

Compleet van A tot Zink – extra krachtige formule

Wij vragen steeds meer van onszelf en ons lichaam. Als aanvulling op de voeding, voorziet de krachtige formule van Centrum Performance in de verhoogde behoefte aan vitaminen, mineralen en kruiden en geeft je extra energie. Centrum Performance is compleet van A tot Zink geformuleerd. Het bevat alle essentiële vitaminen en mineralen, Ginkgo Biloba en Ginseng. De extra krachtige, complete multivitaminen bevat:

- 13 vitaminen en 13 mineralen
- Ginkgo Biloba en Ginseng voor vitaliteit en energie
- Hoge doseringen B-vitaminen

De vitaminen in Centrum

Vitamine A is belangrijk voor het goed blijven functioneren van het gezichtsvermogen en verhoogt de weerstand. Vitamine A is tevens noodzakelijk voor de groei en ontwikkeling van haar en huid.

Betacaroteen is een pro-vitamine van vitamine A en wordt in het lichaam omgezet in vitamine A. Het is, net als vitamine A, goed voor de weerstand en het gezichtsvermogen. Tevens is het belangrijk voor sterke botten, tanden, huid en haar en voor de groei.

De verschillende vitaminen uit de B-groep vitamine B1, B2, B3, B5, B6, B8 (biotine), B11 (foliumzuur) en B12 zijn van belang voor de energie, het zenuwstelsel en de stofwisseling.

Vitamine C is een krachtig antioxidant en belangrijk bij de bescherming tegen vrije radicalen. Bovendien verhoogt vitamine C de weerstand.

Vitamine D bevordert de opname van calcium en fosfor uit het voedsel en is belangrijk bij de groei en instandhouding van sterke botten en tanden.

Vitamine E is voor het behoud van gezonde spieren en weefsels. Daarnaast speelt vitamine E een rol bij het verhogen van de weerstand.

Vitamine K speelt een belangrijke rol in het proces van de bloedstolling.

De mineralen in Centrum

Calcium is één van de mineralen waarvan het lichaam veel nodig heeft. Het allergrootste gedeelte van de calciumopname is nodig voor het behoud van sterke botten en tanden.

Fosfor is net als calcium belangrijk voor botten en tanden.

Jodium speelt een essentiële rol bij de stofwisseling.

IJzer is een essentieel onderdeel van hemoglobine. Hemoglobine vervoert zuurstof in het bloed.

Magnesium speelt een belangrijke rol bij het spier- en zenuwstelsel en de energiehuishouding.

Koper is van belang voor de opname van ijzer uit onze voeding.

Selenium is een antioxidant die beschermt tegen vrije radicalen.

Zink is een belangrijke voedingsstof ter ondersteuning van het afweersysteem.

Deze vitaminen en mineralen en de overige mineralen van Centrum zijn allen een goede aanvulling op de voeding voor het goed blijven functioneren van het lichaam.

Een juiste combinatie vitaminen en mineralen

1 tablet Centrum Performance per dag levert belangrijke voedingsstoffen voor:



De Energie

Bevat hoge dosering van B-vitaminen en daarnaast Ginkgo Biloba en Ginseng voor vitaliteit en meer energie



Het Immuunsysteem

Bevat antioxidanten (betacaroteen, zink, selenium, vitamine C + E) om het immuunsysteem te ondersteunen



De Concentratie

Bevat een uitgebalanceerde samenstelling van B-vitaminen, vitamine C en ijzer ter ondersteuning van het concentratievermogen



Het Uithoudingsvermogen

Bevat een krachtige samenstelling van B-vitaminen, Ginseng en ijzer ter vergroting van je uithoudingsvermogen



Het Bloed

Bevat ijzer, vitamine B12 en vitamine E ter ondersteuning van het hart en is goed voor de bloedcirculatie

Toepassing van Centrum Performance

- Voor extra energie
- Bij bevorderen van de concentratie
- Bij zware geestelijke en lichamelijke inspanningen
- Bij vermoeidheid
- Bij stress situaties
- Bij herstel na ziekte

Moeite met innemen van tablet Centrum?

De tablet van Centrum is groot, omdat het een complete samenstelling van maar liefst 13 vitaminen, 13 mineralen, Ginkgo Biloba en Ginseng bevat. Als u door de grootte van de tablet moeite heeft met innemen, is het mogelijk de tablet in delen in te nemen. Bijvoorbeeld door de tablet te breken of te verpulveren.

Ingrediënten:

Calciumwaterstoffosfaat; kaliumchloride; vitamine C; vulstof E460; calciumcarbonaat; magnesiumoxide; Ginkgo Biloba extract; Ginseng extract; gelatine; vitamine E; ijzerfumarate; nicotinamide; stabilisator E1202; vulstof E464; gemodificeerd zetmeel; glucose siroop; calciumpantothenaat; mangaansulfaat; zinkoxide; vitamine B6; siliciumdioxide; sucrose; vitamine B2; emulgator: stearinezuur; betacaroteen; gemodificeerd maïszetmeel; kopersulfaat; emulgator E433; chroomchloride; vitamine A; verdikkingsmiddel: arabische gom; foliumzuur; lactose; natriumselenaat; natriummolybdaat; kaliumjodide; gedeeltelijke gehydrogeneerde plantaardige olie; biotine; vitamine K; vitamine B12; vitamine D; kleurstof: E110, E129, E171.

Aanbevolen dosering

Voor volwassenen en kinderen vanaf 12 jaar: 1 tablet per dag. De tablet met voldoende water innemen bij voorkeur 's ochtends bij de maaltijd. De aanbevolen dosering niet overschrijden. Dit product bevat Ginkgo Biloba. Vermijd daarom gebruik tijdens de zwangerschap en borstvoeding. Ginkgo Biloba kan de bloedstolling beïnvloeden. Raadpleeg een deskundige bij gebruik in combinatie met antistollingsmiddelen. Een gezonde levensstijl en een gevarieerde, evenwichtige voeding zijn belangrijk. Een voedingssupplement is geen vervanging van een gevarieerde voeding. Dit voedingssupplement is niet geschikt voor kinderen onder de 12 jaar.

Bij gelijktijdig gebruik van andere supplementen de gebruiksaanwijzing goed lezen, aangezien deze supplementen dezelfde ingrediënten kunnen bevatten. In geval van overdosering raadpleeg uw arts.

Zwangerschap en borstvoeding

Centrum heeft een multivitaminen ontwikkeld, Centrum Materna, speciaal voor vrouwen met een kinderwens, zwangere vrouwen en vrouwen die borstvoeding geven. Centrum Materna biedt ter aanvulling op de voeding de (extra) vitaminen en mineralen die deze groepen vrouwen nodig hebben, natuurlijk met foliumzuur en vitamine D. De variant Centrum Materna PLUS DHA combineert dit met een omega-3 vetzuur capsule.

Zoals met elk supplement, indien u zwanger bent of borstvoeding geeft, overleg met uw zorgverlener alvorens het supplement te gebruiken.

Bewaren

Beneden 25°C op een droge plaats bewaren. Buiten bereik en zicht van kinderen houden. Na gebruik de verpakking goed sluiten. Ten minste houdbaar tot einde: zie zijkant verpakking.

Centrum voor iedereen

Centrum Materna (PLUS DHA): speciaal voor vrouwen met een kinderwens, die zwanger zijn en borstvoeding geven.

Centrum Junior: kauwtablet speciaal voor kinderen van 4 tot 12 jaar

Centrum: voor volwassenen en kinderen vanaf 12 jaar

Centrum Performance: hoge dosering B-vitaminen, voor extra energie

Centrum Select 50+: speciale formule voor 50-plussers

Wilt u meer informatie?

Wilt u meer informatie dan kunt u terecht op onze website www.centrumvitamine.nl

Op de website treft u een enquêteformulier aan. Als dank voor uw digitale inzending, ontvangt u van ons een aardige attentie.

Wyeth®

Wyeth Consumer Healthcare
Postbus 672
2130 AR HOOFFDORP
Nederland
www.centrumvitamine.nl

CI1206-03

VOEDINGSINFORMATIE

Centrum Performance bevat per tablet:		% ADH
VITAMINEN		
Vitamine A (incl. betacaroteen)	800 µg	100
Vitamine B1	4,2 mg	300
Vitamine B2	4,8 mg	300
Vitamine B3 (niacine)	36 mg	200
Vitamine B5 (pantotheenzuur)	10 mg	167
Vitamine B6	6 mg	300
Vitamine B8 (biotine)	40 µg	27
Vitamine B11 (foliumzuur)	400 µg	200
Vitamine B12	18 µg	1800
Vitamine C	120 mg	200
Vitamine D	5 µg	100
Vitamine E	26,8 mg	268
Vitamine K	25 µg	*
MINERALEN		
Calcium	100 mg	13
Chloride	72 mg	*
Chroom	120 µg	*
IJzer	14 mg	100
Fosfor	48 mg	6
Jodium	150 µg	100
Kalium	80 mg	*
Koper	700 µg	*
Magnesium	45 mg	15
Mangaan	4 mg	*
Molybdeen	75 µg	*
Selenium	70 µg	*
Zink	7,5 mg	50
Ginkgo Biloba extract	60 mg	*
Ginseng extract	50 mg	*

* Geen ADH (Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheid) vastgesteld.

Pharmacode read direction



Pharmacode read direction