WEIDER®

30 g HIGH MOLECULAR STARCH PER SERVING - SPECIAL CARB-MATRIX

✪PROTEIN CONTRIBUTES TO A GROWTH IN MUSCLE MASS

GIANT MEGA MASS® 4000

OPTIMIZED FORMULA • HIGH EFFECTIVE •

CRANBERRY-YOGHURT FLAVOUR

GROWTH IN MUSCLE MASS✪

30 g HIGH MOLECULAR STARCH PER SERVING - SPECIAL CARB-MATRIX

WEIDER®

OPTIMIZED FORMULA • HIGH EFFECTIVE •

Creapure®

GIANT MEGA MASS® 4000

3g CREATINE PER SERVING

TRI-COMPOUND PROTEIN-RICH IN BCAAs

GROWTH IN MUSCLE MASS✪

MORE THAN 800 CALORIES PER SERVING

GELATINE & ASPARTAME FREE

7 kg 15,4 LBS

CRANBERRY-YOGHURT FLAVOUR

WEIDER®

Nährwertangaben/Nutritional Information/ Valeurs nutritionnelles/Näringsvärdesdeklaration/ Питательная ценность/Nutriční hodnoty	pro/per/ pour/per/ в/ve 100 g		* % NRV	pro Portion/per serving/ par portion/per portion/ в порции/v dávce**		* % NRV
Brennwert/Energy/Valeur énergétique/Energivärde/Энергетическая ценность/Energie	1632 kJ / 385 kcal			3554 kJ / 841 kcal		
Fett/Fat/Lipides/Fett/Жиры/Tuky	2	g		11,8	g	
- davon ges. Fettsäuren/of which sat. fatty Acids/dont acides gras saturés/varav mättade Fettsyror/ из которых насыщенные жирные кислоты/z toho nasycené mastné kyseliny	0,8	g		7,1	g	
Kohlenhydrate/Carbohydrates/Glucides/Kolhydrater/Углеводы/Sacharidy	67	g		127	g	
- davon Zucker/of which Sugars/dont sucres/varav Sockerarter/из которых сахара/z toho cukr	47	g		97	g	
Eiweiß/Protein/Protéines/Protein/Белки/Bílkoviny	24	g		55	g	
Salz/Salt/Sel/Salt/Соль/Sůl	0,35	g		1,17	g	
Vitamin E/Vitamin E/Vitamine E/Vitamin E/Витамин E/Vitamin E	7,9	mg	66	12,05	mg	100
Vitamin C/Ascorbic Acid/Vitamine C/Vitamin C/Аскорбиновая кислота/Vitamin C	47,1	mg	59	80	mg	100
Vitamin B1/Thiamin/Vitamine B1/Tiamin/Тиамин/Vitamin B1	0,6	mg	55	1,1	mg	100
Vitamin B2/Riboflavin/Vitamine B2/Riboflavin/Рибофлавин/Vitamin B2	0,46	mg	33	1,68	mg	120
Niacin/Niacin/Niacine/Niacin/Ниацин/Niacin	10,4	mg	65	16,1	mg	100
Vitamin B6/Vitamin B6/Vitamine B6/Vitamin B6/Витамин B6/Vitamin B6	0,76	mg	54	1,39	mg	100
Folsäure/Folic Acid/Acide Folique/Folsyra/Фолиевая кислота/Kyselina listová	117,5	µg	59	199,4	µg	100
Biotin/Biotin/Biotine/Biotin/Биотин/Biotin	20,4	µg	41	49,9	µg	100
Pantothensäure/Pantothenic Acid/Acide Pantothénique/Pantotensyra/ Пантотеновая кислота/Kyselina pantotenová	2,7	mg	45	5,98	mg	100
Calcium/Calcium/Calcium/Kalcium/Кальций/Vápník	379	mg	47	1218	mg	152
Phosphor/Phosphorus/Phosphore/Fosfor/Фосфор/Fosfor	289	mg	41	934	mg	133
Eisen/Iron/Fer/Järn/Железо/Železo	9,2	mg	66	14	mg	100
Zink/Zinc/Zinc/Zink/Цинк/Zinek	5,3	mg	53	10	mg	100
Jod/Iodine/Iode/Jod/Йод/Jód	88	µg	59	150,2	µg	100
Kreatinmonohydrat/Creatine Monohydrate/Monohydrate de Créatine/Kreatinmonohydrat/ Моногидрат креатина/Kreatin monohydrát	2267	mg		3400	mg	
- davon Kreatin/of which Creatine/dont Créatine/varav Kreatin/из которого креатин/z toho kreatin	2000	mg		3000	mg	

* % NRV = Prozentsatz der Referenzmengen für die tägliche Zufuhr eines Erwachsenen, ** Portionsgröße: 150 g Pulver in 550 ml fettarme Milch (1,5% Fett)/* % NRV = Percentage of Daily Reference Intakes for Adults, ** Serving size: 150 g powder in 550 ml semi-skimmed milk (1,5% fat)/* % VNR = Pourcentage des valeurs nutritionnelles de référence, ** Par portion: 150 g de poudre dans 550 ml de lait demi-écrémé (1,5% de matières grasses)/* % RDI = Procent av rekommenderat dagligt intag för vuxna, ** Per portion: 150 g pulver blandas i 550 ml mellanmjölk (1,5% fett)/* % PCH = Процент от рекомендованной суточной нормы для взрослых, ** Порция: 150 г порошка на 550 мл маложирного молока (1,5% жирности)/* % NRV = Procentuální vyjádření denní referenční hodnoty příjmu pro dospělé, ** Dávkování: 150 g prášku do 550 ml polotučného mléka (1,5% tuku)

Brennwert pro 100 ml verzehrfertige Zubereitung/Energy per 100 ml ready to drink product/Valeur énergétique pour 100 ml de préparation prête à consommer/Energi per 100 ml drickfärdig produkt/Энергетическая ценность 100 мл готового к употреблению продукта/Energie ve 100 ml připraveného nápoje: 124 kcal/523 kJ

Aminosäurebilanz pro 100 g Eiweiß/Amino Acid Profile per 100 g Protein/Aminogramme pour 100 g de protéines/Aminosyraprofil per 100 g Protein/Профиль аминокислот на 100 г протеина/Aminokyseliny ve 100 g proteinu:

L-Alanin/L-Alanine/L-Alanine/L-Alanin/L-аланин/L-Alanin	4,1	g
L-Arginin/L-Arginine/L-Arginine/L-Arginin/L-аргинин/L-Arginin	3,0	g
L-Asparaginsäure/L-Aspartic Acid/L-Acide Aspartique/L-Asparginsyra/ L-аспарагиновая кислота/Kyselina L-asparagová	9,2	g
L-Cystein/L-Cysteine/L-Cystéine/L-Cystein/L-цистеин/L-Cystein	1,6	g
L-Glutaminsäure/L-Glutamic Acid/L-Acide Glutamique/L-Glutaminsyra/ L-глютаминовая кислота/Kyselina L-glutamová	18,5	g
L-Glycin/L-Glycine/L-Glycine/L-Glycin/L-глицин/L-Glycin	1,9	g
L-Histidin/L-Histidine/L-Histidine/L-Histidin/L-гистидин/L-Histidin✪	2,6	g
L-Isoleucin/L-Isoleucine/L-Isoleucine/L-Isoleucin/L-изолейцин/L-Isoleucin✪✪	5,6	g
L-Leucin/L-Leucine/L-Leucine/L-Leucin/L-лейцин/L-Leucin✪✪	10,0	g
L-Lysin/L-Lysine/L-Lysine/L-Lysin/L-лизин/L-Lysin✪	8,4	g
L-Methionin/L-Methionine/L-Méthionine/L-Metionin/L-метионин/L-Methionin✪	2,4	g
L-Phenylalanin/L-Phenylalanine/L-Phénylalanine/L-Fenylalanin/ L-фенилаланин/L-Fenylalanin✪	3,9	g
L-Prolin/L-Proline/L-Proline/L-Prolin/L-пролин/L-Prolin	7,0	g
L-Serin/L-Serine/L-Sérine/L-Serin/L-серин/L-Serin	5,2	g
L-Threonin/L-Threonine/L-Thréonine/L-Treonin/L-треонин/L-Threonin✪	5,8	g
L-Tryptophan/L-Tryptophane/L-Tryptophane/L-Tryptofan/L-триптофан/L-Tryptofan✪	1,5	g
L-Tyrosin/L-Tyrosine/L-Tyrosine/L-Tyrosin/L-тирозин/L-Tyrosin	3,5	g
L-Valin/L-Valine/L-Valine/L-Valin/L-валин/L-Valin✪✪	5,8	g

✪essentielle Aminosäuren/essential Amino Acids/Acides aminés essentiels/essentiella aminosyror/незаменимые аминокислоты/esenciální aminokyseliny

✪✪BCAA's/Аминокислоты BCAA

Zutaten: Dextrose, 20% modifizierte Stärke, 14% **Molkeneiweißkonzentrat** [1], **Süßmolkenpulver** [1], 9% **Milcheiweißisolat** [1], Fruktose, **Magermilchjoghurtpulver** [1], 2,3% Kreatinmonohydrat, Aroma, Palmöl, 1% **Eiklarpulver**, Säuerungsmittel: Citronensäure; Farbstoff: Beetenrot; Emulgator: Mono- und Diglyceride von Speisefettsäuren; Ascorbinsäure (Vitamin C), Eisen(III)Diphosphat, D-Alpha-Tocopherylacetat (Vitamin E), Nicotinamid (Niacin), Zinkoxid, Calcium-D-Pantothenat (Pantothensäure), Pyridoxinhydrochlorid (Vitamin B6), Thiaminmononitrat (Vitamin B1), Riboflavin (Vitamin B2), Pteroylmonoglutaminsäure (Folsäure), Kaliumjodid, D-Biotin (Biotin). [1] Enthält **Laktose**. Kann Spuren von Gluten und Soja enthalten.

Ingredients: Dextrose, 20% Modified Starch, 14% **Whey Protein Concentrate** [1], **Sweet Whey Powder** [1], 9% **Milk Protein Isolate** [1], Fructose, **Skimmed Yoghurt Powder** [1], 2,3% Creatine Monohydrate, Flavouring, Palm Oil, 1% **Dried Egg Albumen**, Acid: Citric Acid; Colour: Betanin; Emulsifier: Mono-and diglycerides of fatty acids; Ascorbic Acid (Vitamin C), Iron(III)Diphosphate, D-Alpha-Tocopheryl Acetate (Vitamin E), Nicotinamide (Niacin), Zinc Oxide, Calcium-D-Pantothenate (Pantothenic Acid), Pyridoxine Hydrochloride (Vitamin B6), Thiamin Mononitrate (Vitamin B1), Riboflavin (Vitamin B2), Pteroylmonoglutamic Acid (Folic Acid), Potassium Iodide, D-Biotin (Biotin). [1] Contains **lactose**. May contain traces of gluten and soy.

Ingrédients: Dextrose, 20% Amidon modifié, 14% **Concentré de Protéine de Lactosérum** [1], **Poudre de Petit-lait sucré** [1], 9% **Isolat de Protéine de Lait** [1], Fructose, **Poudre de Yaourt écrémé** [1], 2,3% Monohydrate de Créatine, Arôme, Huile de Palme, 1% **Poudre de Blanc d'œuf**, Acidifiant: Acide Citrique; Colorant: Bétanine; Émulsifiant: Mono- et Diglycérides d'Acides gras alimentaires; Acide L-Ascorbique (Vitamine C), Diphosphate de Fer (III), D-Alpha Tocophéryl Acétate (Vitamine E), Nicotinamide (Niacine), Oxyde de Zinc, Calcique-D-Pantothenate (Acide Pantothénique), Pyridoxine Hydrochloride (Vitamine B6), Thiamine Mononitrate (Vitamine B1), Riboflavine (Vitamine B2), Acide Ptéroylmonoglutamique (Acide Folique), Iodure de Potassium, D-Biotine (Biotine). [1] Contient du **lactose**. Peut contenir des traces de gluten et de soja.

Ingredienser: Dextros, 20% modifierad stärkelse, 14% **vassleproteinkoncentrat** [1], **sötat vassle pulver** [1], 9% **mjölkproteinisolat** [1], fruktos, **skumyoghurtpulver** [1], 2,3% kreatinmonohydrat, aromämnen, palmolja, 1% **torkad äggalbumin**, surhetsreglerande medel: citronsyra; färgämne: rödbetsrött; emulgeringsmedel: mono- och diglycerider av fettsyror; askorbinsyra (vitamin C), järn(III)difosfat, D-alfa-tocoferylacetate (vitamin E), nikotinamid (niacin), zinkoxid, kalcium-D-pantotenate (pantotensyra), pyridoxin-hydroklorid (vitamin B6), tiamin-mononitrat (vitamin B1), riboflavin (vitamin B2), pteroylmonoglutamicsyra (folsyra), kaliumjodid, D-biotin (biotin). [1] Innehåller **laktos**. Kan innehålla spår av gluten och soja.

Ингредиенты: декстроза, 20% модифицированный крахмал, 14% **концентрат сывороточного протеина** [1], **порошок сладкой сыворотки** [1], 9% **изолят молочного протеина** [1], фруктоза, **обезжиренный порошок йогурта** [1], 2,3% моногидрат креатина, ароматизатор, пальмовое масло, 1% **сухой яичный белок**, регулятор кислотности: лимонная кислота; краситель: свекольный порошок; эмульгатор: моно- и диглицериды жирных кислот; аскорбиновая кислота (витамин C), железа(III)дифосфат, D-альфатокоферола ацетат (витамин E), никотинамид (ниацин), оксид цинка, D-пантотенат кальция (пантотеновая кислота), пиридоксина гидрохлорид (витамин B6), тиамина мононитрат (витамин B1), рибофлавин (витамин B2), птероилмоноглютаминовая кислота (фолиевая кислота), йодид калия, D-биотин (биотин). [1] Содержит **лактозу**. Может содержать незначительное количество глютена и сои.

Složení: dextróza, 20% modifikovaný škrob, 14% **syrovátkový koncentrát** [1], **slazená sušená syrovátka** [1], 9% **mléčný izolát** [1], fruktóza, **odstředěný jogurtový prášek** [1], 2,3% kreatin monohydrát, aroma, palmový olej, 1% sušený vaječný albumin, konzervant: kyselina citrónová; barvivo: betalainová červeň; emulgátor: mono- a diglyceridy mastných kyselin; kyselina askorbová (vitamin C), difosforečnan železitý, D-alfa-tokoferol acetát (vitamin E), nikotinamid (niacin), oxid zinečnatý, kalcium-D-pantothenát (kyselina pantotenová), pyridoxin hydrochlorid (vitamin B6), thiamin mononitrát (vitamin B1), riboflavin (vitamin B2), kyselina pteroylmonoglutamová (kyselina listová), jodid draselný, D-biotin (biotin). [1] Obsahuje **laktózu**. Může obsahovat stopy lepku a sóji.

30 g HIGH MOLECULAR STARCH PER SERVING - SPECIAL CARB-MATRIX

WEIDER®

OPTIMIZED FORMULA • HIGH EFFECTIVE •

Creapure®

GIANT MEGA MASS® 4000

3g CREATINE PER SERVING

TRI-COMPOUND PROTEIN-RICH IN BCAAs

GROWTH IN MUSCLE MASS✪

MORE THAN 800 CALORIES PER SERVING

GELATINE & ASPARTAME FREE

7 kg 15,4 LBS

CRANBERRY-YOGHURT FLAVOUR

WEIDER®

(D) **Giant Mega Mass® 4000:** Diätetisches Lebensmittel für Sportler bei intensiver Muskelanstrengung. Pulver zur Herstellung eines Getränkes mit Kohlenhydraten, Eiweiß, Kreatin, Mineralstoffen und Vitaminen. Cranberry-Joghurt Geschmack.
Verzehrempfehlung: 1 Portion pro Tag. Die Empfehlung gilt für den Zeitraum von 6 Wochen. Anschließend 2-4 Wochen Pause einlegen.
Zubereitung: 1 Portion = 150 g Pulver (ca. 6 gehäufte Esslöffel) mit 550 ml fettarmer Milch (1,5% Fett) shaken.
Hinweis: Joe Weider's **Giant Mega Mass® 4000 -** ✪ liefert 55 g Eiweiß pro Portion und trägt so zu einer Zunahme an Muskelmasse bei. Die in einer Portion enthaltenden 3 g Kreatin erhöhen die körperliche Leistung bei Schnellkrafttraining im Rahmen kurzzeitiger intensiver körperlicher Betätigung. Durch das enthaltende Kreatin ist das Produkt nicht für Kinder und Jugendliche geeignet. Die Zufuhr von Kreatin kann durch vermehrte Wassereinlagerung in der Muskulatur zu einer Gewichtszunahme führen. Die angegebene Dosierungsempfehlung darf nicht überschritten werden! Eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise werden empfohlen.

(GB) **Giant Mega Mass® 4000:** Dietetic food intended to meet the expenditure of intense muscular effort, especially for sports people. Powder to mix a drink with carbohydrates, protein, creatine, minerals and vitamins. Cranberry-Yoghurt Flavour.
Recommendation: 1 serving per day. The recommendation is for 6 weeks. Then take a break for 2-4 weeks.
Instructions for use: Mix 1 serving = 150 g powder (approx. 6 heaped tablespoons) with 550 ml semi-skimmed milk (1,5% fat).
Advice: Joe Weider's **Giant Mega Mass® 4000** ✪ supplies 55 g of protein per serving and contributes so to a growth in muscle mass. The contained 3 g Creatine per serving increases physical performance in successive bursts of short-term, high intensity exercise. Due to the contained Creatine, the product is not suitable for children and minors. The intake of Creatine can increase body weight by increasing water deposits in the muscles. Do not exceed the recommended serving size! A varied and balanced diet and a healthy lifestyle is important.

(F) **Giant Mega Mass® 4000:** Aliment diététique pour sportifs qui doivent fournir un effort musculaire intensif. Poudre pour préparer une boisson avec glucides, protéines, créatine, vitamines et minéraux. Goût canneberge-yaourt.
Recommendation: 1 portion par jour. Prise recommandée sur une période de 6 semaines. Puis faire une pause de 2-4 semaines.
Préparation: Mélanger 1 portion = 150 g de poudre (6 cuillères à soupe bombées) dans 550 ml de lait demi-écrémé (1,5% de matières grasses).
Avertissements: Le **Giant Mega Mass® 4000** de Joe Weider ✪ contient 55 g de protéines par portion et contribue ainsi à une croissance musculaire. Les 3 g de créatine contenus par portion augmentent les performances physiques lors d'entrainements courts et intensifs. Suite à la présence de créatine, ce produit n'est pas destiné aux enfants et aux mineurs. La créatine peut entrainer une rétention d'eau au niveau musculaire ce qui peut engendrer une prise de poids. Ne pas dépasser la dose journalière recommandée. Il est important d'avoir une alimentation variée et équilibrée et de mener un mode de vie sain.

(S) **Giant Mega Mass® 4000:** Näringspulver speciellt framtagen för återhämtning och uppbyggnad av muskelmassa i samband med träning. Innehåller kolhydrater, protein, kreatin, mineraler och vitaminer. Tranbär-yoghurtsmak.
Rekommendation: 1 portion dagligen. Rekommenderad tid är 6 veckor och därefter 2-4 veckors uppehåll.
Dosering: Blanda 1 portion = 150 g pulver (6 rågade matskedar) med 550 ml mellanmjölk (1,5% fett).
Råd: Joe Weider's **Giant Mega Mass® 4000 -** ✪ levererar 55 g protein per portion och bidrar till en ökad muskelmassa. Innehållet av 3 g kreatin ökar den fysiska prestationen vid träning med hög intensitet. På grund av innehållet av kreatin är inte produkten lämplig för barn och ungdomar. Intaget av kreatin kan öka kroppsvikten genom att musklerna binder mer vätska. Överskrid inte den rekommenderade portionen. En mångsidig och balanserad kost och en hälsosam livsstil är viktigt.

(RU) **Giant Mega Mass® 4000:** Порошок для приготовления напитка с углеводами, протеином, креатином, минералами и витаминами. Диетическое питание для спортсменов, предназначенное для компенсации расходов при интенсивной мышечной нагрузке. Вкус: клюква-йогурт.
Рекомендуемая доза: 1 порция в день. Рекомендуется принимать 6 недель, затем сделать перерыв на 2-4 недели.
Рекомендации к употреблению: Размешать 1 порцию = 150 г порошка (примерно 6 столовых ложек) в 550 мл маложирного молока (1,5% жирности).
Рекомендация: одна порция Joe Weider's **Giant Mega Mass® 4000** ✪ обеспечивает 55 г протеина и способствует росту мышечной массы. Содержащиеся в 1 порции 3 г креатина увеличивают физические показатели в последовательности краткосрочных упражнений высокой интенсивности. Ввиду содержания креатина, продукт не может использоваться детьми и несовершеннолетними. Прием креатина может увеличить массу тела за счет накопления воды в мышцах. Не превышайте рекомендованную дозировку! Разнообразное питание и сбалансированная диета, а также здоровый образ жизни имеет большое значение.

(CZ) **Giant Mega Mass® 4000:** Potravina určená pro zvláštní výživu. Sacharidovo-proteinový nápoj s brusinkovo-jogurtovou příchutí. Obsahuje směs sacharidů, proteinů, kreatinu, vitamínů a minerálů. Určeno pro pokrytí výdajů všech důležitých živin při zvýšené fyzické námaze.
Doporučená dávka: Jedenkrát denně. Doporučená suplementace: 6 týdnů. Poté udělejte pauzu na 2-4 týdny.
Návod k použití: Rozmíchejte 150 g prášku (přibližně 6 vrchovatých polévkových lžic) v 550 ml polotučného mléka (1,5% tuku).
Upozornění: Joe Weider's **Giant Mega Mass® 4000 -** ✪ obsahuje 55 g proteinů v jedné dávce. Bílkoviny přispívají k růstu a udržení svalové hmoty. Obsahuje též 3 g kreatinu v dávce. Kreatin zvyšuje fyzickou výkonnost při po sobě jdoucích krátkodobých intervalech vysoce intenzivního fyzického výkonu. Vzhledem k obsahu kreatinu není produkt vhodný pro děti a mladistvé. Příjem kreatinu může zvýšit tělesnou hmotnost (zvýšení objemu vody ve svalech). Nepřekračujte doporučené dávkování. Není určeno dětem, těhotným a kojícím ženám.

Inhalt/Content/Poids net/ Innehåll/Содержимое/Obsah: ℮ 7 kg =

46 Portionen/Servings/Portions/Portioner/Порций/Porcí

Kühl, trocken und dunkel lagern. Ungeöffnet mindestens haltbar bis Ende: Siehe Boden/Store in a cool, dry and dark place. Unopened best before end: See base/Conserver dans un endroit frais, sec et à l'abri de la lumière. A consommer de préférence avant fin: voir dessous de la boîte/Förvaras svalt, torrt och mörkt. Oöppnad bäst före utgången av: Se botten/Хранить в сухом, прохладном и темном месте. В закрытой упаковке продукт годен до: смотреть на упаковке/Skladujte na chladném, suchém a temném místě. Neotevřené spotřebujte nejlépe do: viz info na obalu.

(D) **Vertrieb: Weider Germany GmbH,** Postfach 106 504, 20044 Hamburg. www.weider-germany.de (GB) **Distributed by: CLF Distribution Ltd,** 210 Mauretania Road, Nursling Industrial Estate, Southampton, Hampshire, SO16 0YS (F) **Importé et Distribué par: ACTILIFE SARL,** 6 Rue Clément Ader, 68730 Blotzheim, Tél. 0389890428 (S) **Distribueras av: Fitness Market Nordic AB,** Sverige, Konsumentkontakt: +46(0)8-599 001 60 (CH) **Vertrieb Schweiz: Wenasport Nutrition GmbH,** CH-Dotzigen. Hergestellt in Deutschland (A) **Vertrieb: Johann Hügel GmbH,** Dreyhausenstrasse 1, 1140 Wien, Tel. 01/982 71 72 (RU) **Эксклюзивный представитель в России: ООО "Вейдер Руссланд"** (CZ) **Dovozce: FIT-PRO CZECH s.r.o.,** Jaurisova 515/4, Praha 4, 140 00, Czech Republic (SK) **FIT PLUS s.r.o.**

made in germany

CRAZY ABOUT QUALITY WEIDER

4 044782 326459

32645/II-MMXV

WEIDER® is a registered trade mark owned by Weider Global Nutrition LLC.