

Holistic Mineraldroppar

Holistic Mineraldroppar består av vatten från sjön Great Salt Lake som renats och sedan koncentrerats genom avdunstning. Den innehåller mer än 70 mineraler och spårämnen i jonform som också finns i din kropp. Den är särskilt rik på magnesium.

Innehåll per 40 droppar = ½ tsk RDI i %

Magnesium	250 mg	63
Klorid	690 mg	21
Natrium	6 mg	0
Kalium	3 mg	0
Svavel	37 mg	RDI saknas

Ingredienser: Vatten från Great Salt Lake med naturligt förekommande mineraler och spårämnen.

Dosering:

½ tsk i ett glas vatten två gånger per dag eller enligt rekommendation. Rekommenderat dagligt intag bör ej överskridas.



Holistic Magnesium-Kalcium

Magnesium finns bland annat i kakao, vetekli och vetegroddar, linfrö, mandel, nötter, bönor, gröna bladgrönsaker och fisk.

Kalcium finns i gröna bladgrönsaker, groddade linser, mandel, paranötter, sesamfrön, solrosfrön, olika vattenväxter samt mjölkprodukter.

Burken innehåller 100 vegetabiliska kapslar.



En kapsel innehåller: RDI i %

Magnesium 80 mg	21
Kalcium 40 mg	5

Ingredienser: Magnesiummalat, magnesiumcitrat, magnesiumlaktat, kalciummalat, kalciumcitrat, kalciumlaktat, kiseldioxid. Kapseln är vegetabilisk och råvaran är gjord av cellulosa från tall.

Dosering:

2-4 kapslar per dag eller enligt rekommendation. Rekommenderat dagligt intag bör ej överskridas.

Holistic Magnesium

Magnesium finns bland annat i kakao, vetekli och vetegroddar, linfrö, mandel, nötter, bönor, gröna bladgrönsaker och fisk.

Burken innehåller 100 vegetabiliska kapslar.



En kapsel innehåller: RDI i %

Magnesium 120 mg	32
------------------	----

Ingredienser: Magnesiummalat, magnesiumcitrat, magnesiumlaktat, kiseldioxid. Kapseln är vegetabilisk och råvaran är gjord av cellulosa från tall.

Dosering:

1-4 kapslar per dag eller enligt rekommendation. Rekommenderat dagligt intag bör ej överskridas.

Holistic Mangan

Mangan finns bland annat i hallon, ananas, vitlök, druvor, rödbetor, gröna bönor, ris, havre, nötter, vattenkrasse, jordgubbar, björnbär, sallad, spenat, kryddnejlika, gurkmeja, purjolök, banan, gurka, kiwi, fikon och morötter.

Mangan är ett essentiellt spårämne.

Burken innehåller 100 vegetabiliska kapslar.



En kapsel innehåller: RDI i %

Mangan 5 mg	250
-------------	-----

Ingredienser: Fyllnadsmedel (mikrokristallin cellulosa), mangan-L-aspartat, mangancitrat, kiseldioxid. Kapseln är vegetabilisk och råvaran är gjord av cellulosa från tall.

Dosering:

1 kapsel per dag eller enligt rekommendation. Rekommenderat dagligt intag bör ej överskridas.

Holistic Selen

Selen finns bland annat i lever, njure, fisk, mussla, räka, hummer, ägg, mandel, valnöt, sallad och solrosfrön.

Burken innehåller 100 vegetabiliska kapslar.



En kapsel innehåller: RDI i %

Selen 200 mikrogram	363
---------------------	-----

Ingredienser: Fyllnadsmedel (mikrokristallin cellulosa), L-selenmetionin, kiseldioxid. Kapseln är vegetabilisk, råvaran är gjord av cellulosa från tall.

Dosering:

1 kapsel per dag eller enligt rekommendation. Rekommenderat dagligt intag bör ej överskridas.

Holistic Zink

Zink finns bland annat i bönor, solrosfrön, mandel, nötter, pumpakärnor, skaldjur, ostron och nötkött.

Burken innehåller 100 vegetabiliska kapslar.



En kapsel innehåller: RDI i %

Zink 30 mg	300
------------	-----

Ingredienser: Fyllnadsmedel (mikrokristallin cellulosa), zinkmalat, zinkcitrat, zink-L-aspartat, kiseldioxid. Kapseln är vegetabilisk och råvaran är gjord av cellulosa från tall.

Dosering:

1 kapsel per dag eller enligt rekommendation. Rekommenderat dagligt intag bör ej överskridas.

Enbart organiska mineralföreningar!

Holistic Mineralserie

Järn, Kalcium, Kalium, Kisel, Koppar, Krom, Magnesium, Magnesium-Kalcium, Mangan, Selen, Zink.

Holistic använder endast organiska mineralföreningar.

De har bättre upptag än icke-organiska mineralföreningar.

Därför behövs inte lika stora mängder.

