

Zutaten / Zusammensetzung:

Bio-Ashwagandha (Withania Somnifera) Extrakt KSM-66® Royal* (enthält 5 % Withanolide), Bio-Akazienfaser* (Acacia senegal), Kapselhülle: Hydroxypropylmethylcellulose (*DE-ÖKO-005)



Ø-Gehalte	pro 2 Kapseln (= Tagesverzehrempfehlung)
Bio-Ashwagandha Extrakt KSM-66®	600 mg**
- davon Withanolide	30 mg**

** Keine Referenzmenge (NRV) nach VO (EG) Nr. 1169/2011 vorhanden

Inhalt:

90 Kapseln à 520 mg

Verzehrempfehlung:

Täglich 2 Kapseln unzerkaut mit ausreichend Wasser einnehmen.

Dieses Produkt ist nicht geeignet für schwangere oder stillende Frauen und für Personen, die andere Arzneimittel mit Wechselwirkungen (z.B. Schilddrüsenmedikamente, Barbiturate) einnehmen.

Bio-Ashwagandha 600	90 Kapseln	PZN* 20407028
----------------------------	------------	---------------

*PZN = Apotheken-Bestellnummer

Hersteller & Vertrieb:

sanitas GmbH & Co. KG, Billerbecker Str. 67, D-32839 Steinheim
www.sanitas.de

Wo erhalten Sie unsere Produkte?

sanitas-Produkte erhalten Sie in Ihrer Apotheke. Sollte Ihre Apotheke einen unserer Artikel einmal nicht vorrätig haben, so nennen Sie dem Apotheker einfach die Apotheken-Bestellnummer (PZN).

Sie können natürlich auch direkt bei uns bestellen.

JETZT ONLINE SHOPPEN!

Besuchen Sie uns auf www.sanitas.shop, stöbern Sie durch unser Gesamtortiment an wertvollen Mikronährstoffpräparaten, Hautpflegeprodukten, Tees, Büchern u.v.m.

Abonnieren Sie doch einfach unseren Newsletter, mit dem wir Sie gerne mit neuesten Infos rund um das Thema „Gesundheit & Ernährung“ auf dem Laufenden halten möchten.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch in unserem Online-Shop unter www.sanitas.shop oder unter unserer Firmenhomedpage auf www.sanitas.de.



Hinweis:

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Die angegebene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Trocken, nicht über 25° C und außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern.

Bio-Ashwagandha 600



DE-ÖKO-039
EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft

Nahrungsergänzungsmittel mit Bio-Ashwagandha Extrakt KSM-66®



www.sanitas.de



Botanik

Die Ashwagandha-Pflanze (lat. *Withania somnifera*), die auch als Winterkirsche, Schlafbeere oder indischer Ginseng bezeichnet wird, gehört zur Familie der Nachtschattengewächse (Solanaceae). Die krautige bis buschige Pflanze kann zwischen 30 und 150 cm groß werden und wächst in ganz Afrika, in Südeuropa, aber auch in Vorder- und Südasiens. Wie der Trivialname Schlafbeere bereits andeutet, trägt die Pflanze scharlachrote, circa 5 bis 8 mm große Beerfrüchte. Das Ashwagandha-Pulver wird aber traditionell aus den Wurzeln gewonnen.

Pflanzeninhaltsstoffe

Bei den Inhaltsstoffen, die sich vor allem in der Wurzel befinden, unterscheidet man zwischen sogenannten Alkaloiden und Withanoliden. Nach aktuellem Stand der Wissenschaft gehen die positiven Eigenschaften vor allem auf die Withanolide zurück. Als Withanolide wird eine Gruppe von mindestens 300 natürlich vorkommenden chemischen Verbindungen bezeichnet. Sie werden als sekundäre Pflanzenstoffe hauptsächlich in verschiedenen Gattungen der Nachtschattengewächse gefunden, z.B. bei der namensgebenden *Withania somnifera*. Einige Withanolide zeigten im Labor für den Menschen interessante Eigenschaften. Bereits mit der empfohlenen Tagesverzehrmenge von nur zwei Kapseln **Bio-Ashwagandha⁶⁰⁰** versorgen Sie Ihren Körper mit 600 mg Bio-Ashwagandha Extrakt KSM-66®, der 30 mg der wertgebenden Withanolide enthält.

Ausgleichend & stärkend

Ashwagandha stammt aus dem Sanskrit, also der heiligen Sprache Indiens und bedeutet übersetzt „Geruch des Pferdes“. Dieser ungewöhnliche Name



hängt wohl nicht nur mit dem besonderen Geruch der Pflanze zusammen, sondern ist bereits ein Hinweis auf ihre besonderen Eigenschaften, denn das Pferd steht symbolisch für Kraft, Energie und Vitalität. Ihr botanischer Name *Withania somnifera* setzt sich aus den Worten *Withan* (= Wissenschaftler) und *somnifera* (= schlaffördernd) zusammen und liefert ebenfalls einen ersten Hinweis auf die ausgleichenden und harmonisierenden Eigenschaften.

Ein wertvolles pflanzliches Adaptogen mit langer Geschichte

So wird Ashwagandha bereits seit Jahrtausenden in der ayurvedischen Lehre verwendet. Es zählt aufgrund seiner gleichermaßen stärkenden, ausgleichenden und harmonisierenden Eigenschaften zu den sogenannten Adaptogenen und ist deshalb in Indien seit langer Zeit ein besonders beliebtes Hausmittel bei Menschen in Stresssituationen, mit Schlafstörungen und Menschen, die häufiger unter Müdigkeit und Erschöpfung leiden.

Was sind Adaptogene?

Der Begriff „Adaptogen“ wurde erstmals 1968 von den russischen Medizinern und Forschern Israel I. Brekhman und Dr. I. V. Dadymov definiert. Demnach müssen Adaptogene folgende Kriterien erfüllen:

- » Ein Adaptogen ist nicht giftig für den Menschen.
- » Ein Adaptogen führt im Körper des Menschen zu einer allgemeinen Anpassungsreaktion, welche zu einer erhöhten Widerstandsfähigkeit gegen vielfältige Stressoren führt.
- » Ein Adaptogen hat ausgleichende Eigenschaften auf die Physiologie des menschlichen Körpers.



Warum Bio-Ashwagandha⁶⁰⁰?

- » **BIO-QUALITÄT:** In dieser Kapsel ist 100% Bio. **Bio-Ashwagandha⁶⁰⁰** ist ein hochwertiges Nahrungsergänzungsmittel in zertifizierter Bioqualität mit *Withania somnifera* Bio-Wurzelextrakt (DE-ÖKO-05).
- » **EXTRAKT IST NICHT GLEICH EXTRAKT!** Bereits die empfohlene Tagesmenge von zwei Kapseln **Bio-Ashwagandha⁶⁰⁰** enthält 600 mg Bio-Ashwagandha Extrakt KSM-66®, mit 30 mg Withanoliden.
- » **HÖCHSTE QUALITÄT & SICHERHEIT:** Der für **Bio-Ashwagandha⁶⁰⁰** verwendete Bio-Extrakt KSM 66® stammt aus kontrolliert biologischem Anbau in Indien. Die Wurzel wird wirkstoffschonend getrocknet und vermahlen. Eine langsame, schonende Verarbeitung und permanente Kontrollen garantieren höchste Qualität. Dabei ist der KSM-66®-Extrakt weltweit der einzig standardisierte Extrakt, der höchsten Qualitätsansprüchen genügt.
- » **100% VEGAN:** Die HPMC-Kapseln sind vegan, laktose- und glutenfrei.

Unser Tipp:

Prinzipiell kann **Bio-Ashwagandha⁶⁰⁰** jederzeit eingenommen werden. Da **Bio-Ashwagandha⁶⁰⁰** den Magen nicht belastet, sollte es am besten 60 Minuten vor einer Mahlzeit oder 2 Stunden nach einer Mahlzeit eingenommen werden. Ob Sie **Bio-Ashwagandha⁶⁰⁰** morgens oder abends einnehmen, hängt auch von dem Anwendungszweck ab. Zur Förderung der Schlafqualität ist eine Einnahme abends vor dem Zubettgehen der richtige Zeitpunkt. Zur Förderung der sportlichen Ausdauer, sollten Sie **Bio-Ashwagandha⁶⁰⁰** etwa eine Stunde vor der körperlichen Betätigung einnehmen.