

# KRACHT, OPNIEUW GEDEFINIEERD



CREATINE  
Je Essentiële Startgids

KOMT OP 12.11.2025



Creatine staat al jaren bekend als het favoriete supplement van bodybuilders en fanatieke sportschoolbezoekers die spiermassa willen opbouwen. Maar dat is slechts een deel van het verhaal. Nieuw onderzoek en een groeiende focus op algehele lichaamswelzijn hebben creatine in de schijnwerpers gezet – niet alleen als krachtversterker, maar als een veelzijdig supplement met verstrekkende voordelen voor gewone mensen.

In 2025 wordt creatine erkend voor wat het werkelijk is: een wetenschappelijk onderbouwd, veilig en effectief hulpmiddel voor energie, cognitie, prestaties en algeheel welzijn – of je nu spiermassa wilt opbouwen, je concentratie wilt verbeteren of sterker oud wilt worden.

## Wat is creatine?

Het is een natuurlijk voorkomende stof die door elke cel in je lichaam wordt gebruikt en die helpt bij de regeneratie van adenosinetrifosfaat (ATP) – de belangrijkste energiebron van je lichaam voor spiercontracties en hersenactiviteit. Door snelle, toegankelijke energie te leveren, ondersteunt creatine een verbeterde kracht, een scherpere focus en betere fysieke en mentale prestaties.

**En nee, het is niet alleen voor ‘sportschool fans’ – creatine is hormoonvrij, goed onderzocht en geschikt voor een breed scala aan levensstijlen, inclusief vrouwen, oudere volwassenen en mensen die plantaardig eten.**

Klaar om te ontdekken hoe creatine voor jou kan werken? Duik in deze gids om meer te weten te komen over de voordelen en eenvoudige manieren om Isagenix Creatine aan je dagelijkse routine toe te voegen.

\*Dit product is momenteel niet verkrijgbaar in Frankrijk, Denemarken en Italië.



## VOOR EEN ZUIVERE, BETROUWBARE BOOST



**BEWEZEN RESULTATEN:** Ondersteund door meer dan 500 peer-reviewed studies over kracht, herstel en cognitie



**BETERE OPNAME:** Gemicroniseerd poeder voor snelle, effectieve opname zonder klontjes



**PUUR & EENVOUDIG:** Getest door derden, slechts één ingrediënt, zonder stimulerende middelen en volledig smaakloos



**KLINISCHE DOSIS:** Tot 5 g creatine monohydraat per portie — de meest onderzochte vorm en hoeveelheid



# VOOR WIE IS ISAGENIX CREATINE GESCHIKT?

**IEDEREEN VAN 18 JAAR EN OUDER KAN HIERVAN PROFITEREN!**

Ondanks wat vaak wordt gedacht, is creatine niet alleen voor bodybuilders, maar ondersteunt het de kracht, energie en hersenfunctie voor alle levensstijlen.



**VROUWEN**

Geweldig voor spiermassa, energie en mentale helderheid, vooral tijdens hormonale veranderingen zoals de menopauze.



**OUDERE VOLWASSENEN**

Helpt bij het behouden van spiermassa, mobiliteit en cognitieve gezondheid naarmate we ouder worden.



**VEGETARIËRS**

Aangezien creatine voornamelijk uit vlees wordt gehaald, helpt de aanvulling om het tekort aan kracht en energie aan te vullen – zonder concessies te doen aan je dieet.



**FITNESSLIEF-  
HEBBERS EN  
SPORTSCHOOL-  
BEZOEKERS**

Verbeterd de trainingsprestaties, verhoogt de kracht en versnelt het herstel – perfect voor iedereen die regelmatig aan lichaamsbeweging doet.

# HOEVEEL CREATINE HEB IK NODIG?

WIJ RADEN GEBRUIKERS AAN OM DAGELIJKS TUSSEN DE 2,5 EN 5 G (EEN HALVE TOT EEN VOLLEDIGE SCHEP) ISAGENIX® CREATINE IN TE NEMEN. De ideale dosis binnen dat bereik is afhankelijk van je lichaamsgrootte, geslacht, levensstijl en gezondheidsdoelen.

Hier zijn enkele algemene, op bewijs gebaseerde richtlijnen om je te helpen je routine aan te passen aan je persoonlijke behoeften:



**Weeg je meer dan 90 kilogram?** Dan kun je baat hebben bij de hogere dosering (dichter bij 5 g/dag).



**Heb je een kleiner lichaamsgewicht of ben je net begonnen?** Dan is een lagere dosering (ongeveer 2-3 g/dag) wellicht voldoende.



**Vrouwen hebben over het algemeen iets minder nodig dan mannen** vanwege hun lagere gemiddelde spiermassa, maar profiteren evenveel van de aanvulling.



**Vegetariërs kunnen baat hebben** bij de hogere dosis, omdat ze minder creatine uit hun voeding halen.



**Voor ondersteuning van de hersenen, het humeur of het verouderingsproces** is 2-3 g/dag voor de meeste mensen een goed startpunt.



**Als je regelmatig aan krachttraining doet**, streef dan naar de midden- tot bovengrens als je minder dan 150 pond weegt, of naar de bovengrens als je meer dan 150 pond weegt, om herstel en prestaties te ondersteunen.



**Als je al AMPED Nitro gebruikt**, streef dan naar ongeveer 2 g creatine per dag, of iets minder dan een halve schep.





# GEEF JE WELZIJN EEN BOOST: PERFECTE COMBINATIES VOOR CREATINE

Creatine is op zichzelf al krachtig, maar in combinatie met andere gerichte Isagenix-producten ontgrendel je een geheel nieuw niveau van ondersteuning voor energie, prestaties, herstel en focus.



## IsaLean® Shake & Creatine

Dit duo helpt bij het ondersteunen van spiermassa, verzadiging en herstel na de training – of je nu hard traint of net begint aan je welzijnsreis.

**WAAROM HET WERKT:** Eiwitten geven je lichaam de bouwstenen. Creatine helpt je spieren deze efficiënter te gebruiken. Samen? Totale ondersteuning voor je lichaam.



## Nootropic Elixir & Creatine

Terwijl creatine de energie van de hersenen op cellulair niveau ondersteunt, helpen noötropica de mentale helderheid, stemming en concentratie te verbeteren.

**WAAROM HET WERKT:** Creatine voedt je hersenen. Noötropica verfijnen je focus. Perfect voor werk, trainingen of een drukke dag.



## Hydrate + Hyaluronic Acid & Creatine

Creatine trekt water naar je spiercellen (waar het thuishoort) en Hydrate + Hyaluronzuur helpt elektrolyten aan te vullen voor betere prestaties, herstel, een gezonde huid en meer energie.

**WAAROM HET WERKT:** Hydratatie is essentieel voor de opname en effectiviteit van creatine. Deze combinatie zorgt ervoor dat je optimaal presteert zonder in te storten.

## NU ONDERDEEL VAN HET AMPED NEXT LEVEL PACK:

De ultieme prestatie pack is nu nog beter geworden. Creatine is nu een vast onderdeel van het AMPED Next Level Pack, waardoor je een alles-in-één systeem krijgt voor kracht, uithoudingsvermogen en herstel – zonder giswerk.



# VOLG ONZE VOORBEELDSRIPTS EN VERSTERK JE BUSINESS

## HUIDIGE KLANTEN

Hé X! Ik weet dat je al dol bent op je Isagenix-routine, dus ik MOEST je vertellen over deze nieuwe lancering in Europa: **Creatine!**

Dit is niet je gemiddelde creatine voor sportschoolfanaten – het is puur, effectief en ontworpen om kracht, herstel en algehele vitaliteit te ondersteunen. Het is perfect voor vrouwen die hormonale veranderingen doormaken, trainingsfanaten die hun grenzen verleggen en iedereen die sterker wil worden en zich elke dag beter wil voelen. Ik denk dat je het geweldig zult vinden hoe het past. Wil je dat ik je de details stuur?

## PROSPECTS

**(Mensen die geïnteresseerd zijn, maar nog niet hebben gekocht)**

Hé X! Ik wilde je even op de hoogte houden! Isagenix heeft zojuist een **creatinesupplement** van het volgende niveau gelanceerd – het is puur, effectief en perfect, of je nu hard traint of gewoon je welzijn een boost wilt geven.

Het helpt je kracht, spiermassa, herstel en zelfs je hersencapaciteit te verbeteren!

Wil je het proberen? Ik kan je vroegtijdig toegang geven voordat het officieel wordt gelanceerd!

## VOORMALIGE KLANTEN

**(Die al een tijdje niets hebben besteld)**

Hé X! Ik moest even contact met je opnemen – Isagenix heeft net **Creatine** gelanceerd en het is een gamechanger voor energie, herstel en een sterk gevoel. Perfect voor hormoonbalans, gezond ouder worden of iedereen die zich op zijn best wil voelen. Wil je meer informatie?

## VIP-KLANTEN

**(Big Buyers & Brand Lovers)**

Hé X! Ik weet dat je dol bent op alles van Isagenix, dus ik moest je even op de hoogte brengen van het VIP-nieuws...

**Creatine** wordt officieel gelanceerd in Europa!

Het is ondersteuning van het hoogste niveau voor prestaties, herstel en zelfs cognitieve functies – en natuurlijk is het Isagenix-kwaliteit, dus geen vulstoffen of rommel.

Wil je dat ik je vroeg toegang geef?

## VOLGERS OP SOCIALE MEDIA

**(IG/FB Stories or DMs)**

**Verhaal/bijscript: NIEUW PRODUCT.** Je weet al dat ik geobsedeerd ben door alles wat met wellness te maken heeft – en Isagenix heeft net het schoonste, meest effectieve **creatinesupplement** gelanceerd dat ik ooit heb geprobeerd.

Het is perfect voor prestaties, herstel en zelfs concentratie – zonder een opgeblazen gevoel. Dit is niet alleen voor sportschoolbezoekers – iedereen kan er baat bij hebben. Laat een bericht achter als je vroegtijdig toegang wilt of meer informatie wilt!

## BONUS SCRIPT: DE PERFECTE AANVULLING

**(Voor degenen die al een favoriet product gebruiken)**

Hé X! Ik weet dat je al dol bent op je [productnaam of "Isagenix-basisproducten"] – dus ik wilde de perfecte aanvulling delen die ongelooflijke feedback krijgt...

**Creatine** is er nu – puur, krachtig en ontworpen om je resultaten te versterken. Of je nu op zoek bent naar meer energie, beter herstel of extra kracht – dit is je nieuwe favoriet.

Wil je dat ik je de details stuur?





# VEELGESTELDE VRAGEN

## HOE VAAK MOET IK CREATINE INNEMEN?

Dagelijks! Consistentie is de sleutel. Door 2,5-5 g per dag in te nemen, worden je spieren na verloop van tijd verzadigd voor meer kracht, energie, herstel en ondersteuning van de hersenen. Zie het gewoon als tandenpoetsen: kleine, constante gewoontes = grote resultaten op de lange termijn.

## KAN CREATINE HELPEN TIJDENS DE PERIMENOPAUZE EN MENOPAUZE?

Ja! Creatine ondersteunt kracht, energie, botgezondheid en zelfs je humeur tijdens hormonale veranderingen. Het is hormoonvrij, goed onderzocht en werkt op natuurlijke wijze met je lichaam samen, waardoor het een slimme aanvulling is op je wellnessroutine tijdens de midlife.

## ZAL CREATINE ME EEN OPGEBLAZEN GEVOEL GEVEN?

Nee, creatine hydrateert je spiercellen, niet de ruimte onder je huid. Dat betekent betere prestaties, geen wallen. Mythes over een opgeblazen gevoel komen vaak voort uit formules van lage kwaliteit of verouderde laadprotocollen

## IS CREATINE EEN STEROÏDE?

Absoluut niet. Steroïden zijn synthetische hormonen die de chemie van je lichaam veranderen. Creatine is een natuurlijke stof die de energieproductie (ATP) ondersteunt, veilig en legaal – zonder hormonen.



# PRIJZEN

CREATINE			
COUNTRY	SUBSCRIPTION REWARDS	PIB	BV
UNITED KINGDOM	£20.00	£3.33	14
NETHERLANDS	€20.71	€3.80	14
BELGIUM	€20.14	€3.80	14
GERMANY	€20.33	€3.80	14
AUSTRIA	€20.90	€3.80	14
PORTUGAL	€20.14	€3.80	14
SPAIN	€20.90	€3.80	14
SWITZERLAND	€19.49	€3.80	14
SWEDEN	€21.28	€3.80	14
NORWAY	€21.85	€3.80	14
IRELAND	€21.57	€3.80	14
FINLAND	€21.66	€3.80	14
POLAND	€20.52	€3.80	14
ROMANIA	€21.09	€3.80	14
BULGARIA	€22.80	€3.80	14
CYPRUS	€19.95	€3.80	14

\*Dit product is momenteel niet beschikbaar in Frankrijk, Denemarken en Italië.

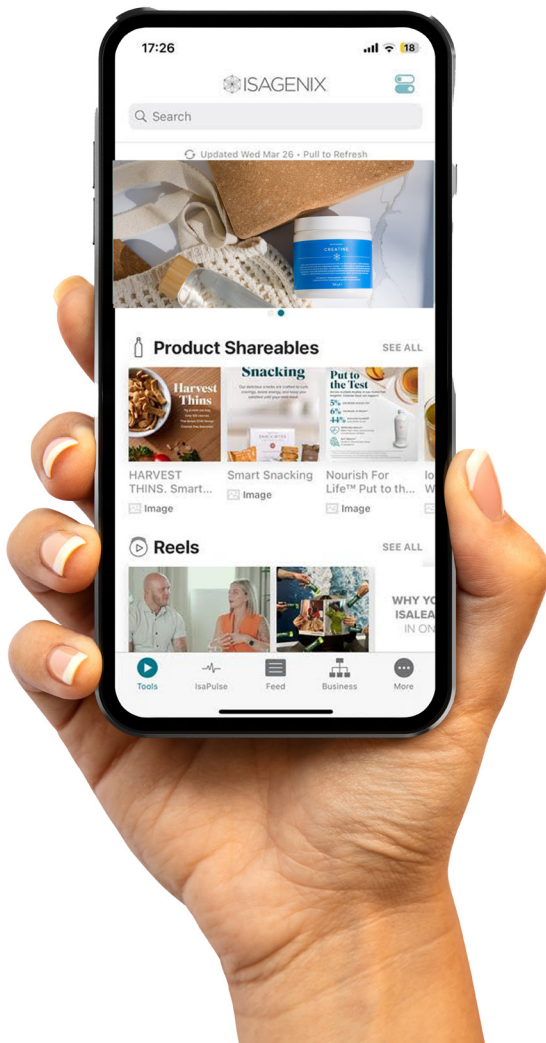


# INHOUD DELEN

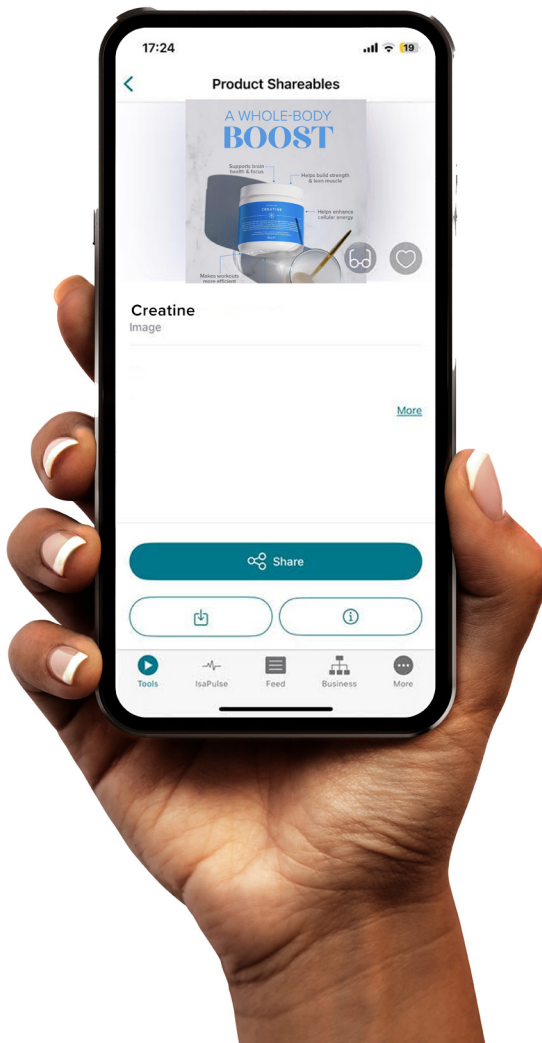
INHOUD (EN MELDINGEN!) NAAR JE TEAM STUREN IS HEEL EENVOUDIG MET DE ISAPULSE+ APP

DOWNLOAD DE  
**ISAPULSE+ APP** uit de  
Apple App Store of de  
Google Play Store

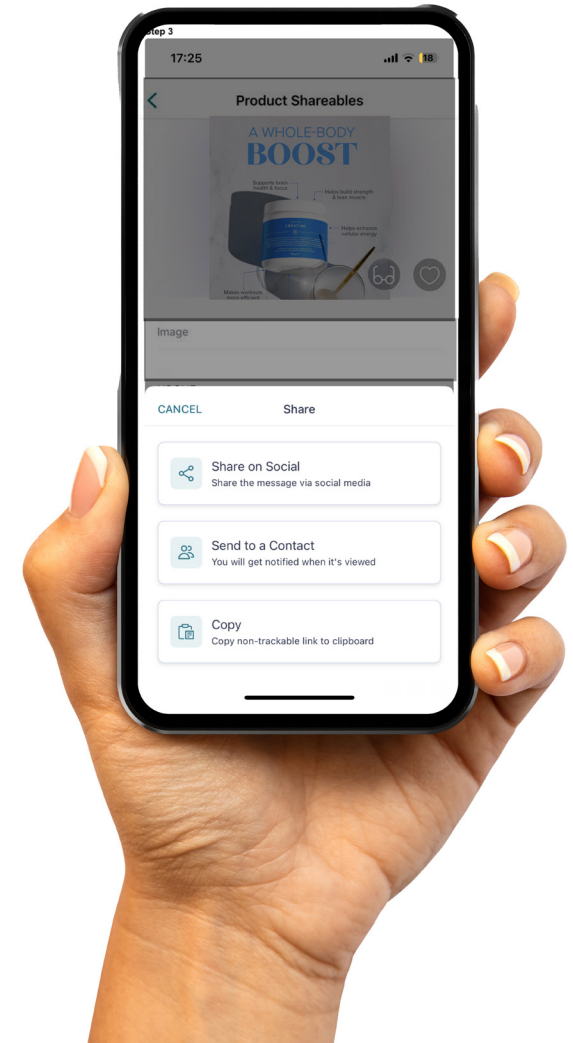
**STAP 1:**  
GA NAAR 'TOOLS'



**STAP 2:**  
ZOEK HET ASSET + CLIK OP  
DELEN



**STAP 3:**  
KIES OP WELK PLATFORM JE  
WILT DELE



# GRATIS CADEAU



**EXCLUSIEVE  
ISAGENIX-  
OPSCHUIMER**  
voor de eerste 200  
creatinekopers wanneer  
ze de volgende codes  
gebruiken:  
UK: UKCREATINE  
EU: EUCREATINE

Beschikbaar voor alle soorten bestellingen. Gebruik de code UKCREATINE bij aankoop van creatine als à-la-cartebestelling in het Verenigd Koninkrijk en EUCREATINE bij aankoop van creatine als à-la-cartebestelling op het Europese vasteland om een gratis premium melkopschuimer met merknaam te ontvangen. Geldt voor de eerste 200 bestellingen, zolang de voorraad strekt.