

STÄRKE, NEU DEFINIERT



CREATINE

Ihr Unverzichtbarer Leitfaden

ERSCHEINT AM 12.11.2025



Seit Jahren gilt Kreatin als das Supplement der Wahl für Bodybuilder und Hardcore-Fitnessstudiobesucher, die Muskeln aufbauen wollen. Aber das ist nur ein Teil der Geschichte. Neue Forschungsergebnisse und ein wachsender Fokus auf das Wohlbefinden des gesamten Körpers haben Kreatin ins Rampenlicht gerückt – nicht nur als Kraftverstärker, sondern als vielseitiges Supplement mit weitreichenden Vorteilen für den Normalverbraucher.

Im Jahr 2025 wird Kreatin als das anerkannt, was es wirklich ist: ein wissenschaftlich fundiertes, sicheres und wirksames Hilfsmittel für Energie, kognitive Fähigkeiten, Leistungsfähigkeit und allgemeines Wohlbefinden – egal, ob du Muskelaufbau betreibst, deine Konzentration verbessern oder stärker altern möchtest.

Was ist Kreatin also?

Es handelt sich um eine natürlich vorkommende Verbindung, die von jeder Zelle Ihres Körpers verwendet wird und zur Regeneration von Adenosintriphosphat (ATP) beiträgt – der primären Energiequelle Ihres Körpers für Muskelkontraktionen und Gehirnaktivität. Durch die Bereitstellung schneller, leicht zugänglicher Energie unterstützt Kreatin die Verbesserung der Kraft, die Schärfung der Konzentration und die Steigerung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit.

Und nein, es ist nicht nur für „Fitnessstudio-Fans“ geeignet – Kreatin ist hormonfrei, gut erforscht und für eine Vielzahl von Lebensstilen geeignet, darunter Frauen, ältere Erwachsene und Menschen, die sich pflanzlich ernähren.

Bist du bereit zu entdecken, wie Kreatin für dich wirken kann? Tauche in diesen Leitfaden ein, um mehr über die Vorteile und einfachen Möglichkeiten zu erfahren, wie du Isagenix Creatine in deinen Alltag integrieren kannst.

*Dieses Produkt ist derzeit in Frankreich, Dänemark und Italien nicht erhältlich.



FÜR EINEN SAUBEREN, ZUVERLÄSSIGEN ENERGIESCHUB



BEWÄHRTE ERGEBNISSE: Unterstützt durch mehr als 500 begutachtete Studien zu Kraft, Regeneration und Kognition



BESSERE AUFNAHME: Mikronisiertes Pulver für eine schnelle, effektive Aufnahme ohne Klumpen



REIN UND EINFACH: Von Dritten getestet, nur eine Zutat, ohne Stimulanzien und völlig geschmacksneutral



KLINISCHE DOSIERUNG: Bis zu 5 g Kreatinmonohydrat pro Portion – die am besten untersuchte Form und Menge



WER KANN VON ISAGENIX CREATINE PROFITIEREN?

JEDER ÜBER 18 KANN DAVON PROFITIEREN! Entgegen weit verbreiteten Mythen ist Kreatin nicht nur für Bodybuilder geeignet, sondern unterstützt Kraft, Energie und Gehirnfunktion für alle Lebensstile.



FRAUEN

Ideal für schlanke Muskeln, Energie und geistige Klarheit, insbesondere während hormoneller Veränderungen wie den Wechseljahren.



ÄLTERE ERWACHSENEN

Hilft, Muskeln, Mobilität und kognitive Gesundheit im Alter zu erhalten.



PFLANZLICHE ERNÄHRUNG

Da Kreatin hauptsächlich aus Fleisch gewonnen wird, hilft eine Nahrungsergänzung, die Lücke in Bezug auf Kraft und Energie, zu schließen – ohne Kompromisse bei deiner Ernährung.



FITNESSBE-GEISTERTE UND SPORTLER

Verbessert die Trainingsleistung, steigert die Kraft und beschleunigt die Regeneration – perfekt für alle, die sich regelmäßig körperlich betätigen.



WIE VIEL KREATIN BRAUCHE ICH?

WIR EMPFEHLEN, TÄGLICH ZWISCHEN 2,5 UND 5 G (EINEN HALBEN BIS EINEN GANZEN MESSLÖFFEL) ISAGENIX® CREATINE EINZUNEHMEN.

Die ideale Dosis innerhalb dieses Bereichs hängt von deiner Körpergröße, deinem Geschlecht, deinem Lebensstil und deinen Gesundheitszielen ab.

Hier sind einige allgemeine, evidenzbasierte Richtlinien, die dir helfen, deine Routine individuell anzupassen:



Über 200 Pfund/90 Kilogramm? Dann profitierst du möglicherweise von der höheren Dosierung (näher an 5 g/Tag).



Kleinere Körpergröße oder gerade erst angefangen? Dann kann eine niedrigere Dosis (etwa 2–3 g/Tag) ausreichend sein.



Frauen benötigen aufgrund ihrer geringeren durchschnittlichen Muskelmasse in der Regel etwas weniger als Männer, profitieren aber gleichermaßen von einer Nahrungsergänzung.



Pflanzenbasierte Esser können von der höheren Dosierung profitieren, da sie weniger Kreatin über ihre Ernährung aufnehmen.



Für die Unterstützung des Gehirns, der Stimmung oder des Alterungsprozesses sind 2–3 g/Tag für die meisten Menschen ein guter Ausgangspunkt.



Wenn du regelmäßig Krafttraining betreibst, solltest du dich an der mittleren bis oberen Grenze orientieren, wenn du weniger als 150 Pfund wiegst, oder an der oberen Grenze, wenn du mehr als 150 Pfund wiegst, um die Regeneration und Leistung zu unterstützen.



Wenn du bereits AMPED Nitro verwendest, solltest du etwa 2 g Kreatin pro Tag oder etwas weniger als einen halben Messlöffel einnehmen.



STEIGERE DEIN WOHLBEFINDEN: PERFEKTE KOMBINATIONEN FÜR KREATIN

Kreatin ist schon für sich genommen sehr wirksam, aber in Kombination mit anderen gezielten Isagenix-Produkten erreichst du ein ganz neues Niveau an Unterstützung für Energie, Leistung, Erholung und Konzentration.



IsaLean® Shake & Creatine

Dieses Duo unterstützt den Aufbau schlanker Muskeln, das Sättigungsgefühl und die Regeneration nach dem Training – egal, ob du hart trainierst oder gerade erst mit deinem Wellness-Programm beginnst.

WARUM ES FUNKTIONIERT: Protein liefert deinem Körper die Bausteine. Kreatin hilft deinen Muskeln, diese effizienter zu nutzen. Zusammen? Umfassende Unterstützung für den ganzen Körper.



Nootropic Elixir & Creatine

Während Kreatin die Energie des Gehirns auf zellulärer Ebene unterstützt, tragen Nootropika zur Verbesserung der geistigen Klarheit, der Stimmung und der Konzentration bei.

WARUM ES FUNKTIONIERT: Kreatin versorgt dein Gehirn mit Energie. Nootropika optimiert deine Konzentration. Perfekt für die Arbeit, das Training oder einen anstrengenden Tag.



Hydrate + Hyaluronic Acid & Creatine

Kreatin zieht Wasser in deine Muskelzellen (wo es hingehört), und Hydrate + Hyaluronsäure helfen dabei, Elektrolyte wieder aufzufüllen, um die Leistung, Regeneration, Hautgesundheit und Energie zu verbessern.

WARUM ES FUNKTIONIERT: Flüssigkeitszufuhr ist der Schlüssel für die Aufnahme und Wirksamkeit von Kreatin. Diese Kombination sorgt dafür, dass du deine beste Leistung bringst, ohne einzubrechen.

JETZT TEIL DES AMPED NEXT LEVEL PACK: Das ultimative Leistungs-Stack ist jetzt noch besser geworden. Kreatin ist jetzt fester Bestandteil des AMPED Next Level Packs und bietet dir ein All-in-One-System für Kraft, Ausdauer und Erholung – ohne Spekulationen.



FOLGE UNSEREN BEISPIELSKRIPTEN UND STÄRKE DEIN GESCHÄFT

AKTUELLE KUNDEN

Hallo X! Ich weiß, dass du deine Isagenix-Routine bereits liebst, deshalb MUSSTE ich dir von dieser neuen Markteinführung in Europa erzählen – **Kreatin!**

Dies ist kein gewöhnliches Kreatin für Fitnessstudio-Fans – es ist rein, wirksam und wurde entwickelt, um Kraft, Regeneration und allgemeine Vitalität zu unterstützen. Es ist perfekt für Frauen, die hormonelle Veränderungen durchlaufen, für Trainingsbegeisterte, die ihre Grenzen ausreizen, und für alle, die stärker altern und sich jeden Tag besser fühlen möchten. Ich glaube, du wirst begeistert sein, wie gut es passt. Möchtest du weitere Informationen erhalten?

INTERESSENTEN

(Personen, die interessiert sind, aber noch nicht gekauft haben)

Hallo X! Ich wollte dich auf dem Laufenden halten!

Isagenix hat gerade ein **Kreatine**-Supplement der nächsten Generation auf den Markt gebracht – es ist rein, wirksam und perfekt, egal ob du hart trainierst oder einfach nur dein Wohlbefinden steigern möchtest.

Es unterstützt Kraft, Muskelaufbau, bessere Regeneration und sogar die Gehirnleistung!

Möchtest du es ausprobieren? Ich kann dir einen frühen Zugang verschaffen, bevor es offiziell auf den Markt kommt!

EHEMALIGE KUNDEN

(Die seit einiger Zeit nichts mehr bestellt haben)

Hallo X! Ich musste einfach an dich denken und mich melden – Isagenix hat gerade **Kreatin** auf den Markt gebracht, das in Sachen Energie, Erholung und Kraft ein echter Game Changer ist. Perfekt für den Hormonhaushalt, gesundes Altern oder alle, die sich rundum wohlfühlen möchten. Möchtest du mehr erfahren?

VIP-KUNDEN

(Große Käufer & Markenliebhaber)

Hallo X! Ich weiß, dass du alles von Isagenix liebst, deshalb muss ich dir diese VIP-Neuigkeit mitteilen...

Creatine kommt offiziell in Europa auf den Markt!

Es ist eine Unterstützung der nächsten Generation für Leistung, Erholung und sogar kognitive Funktionen – und natürlich in Isagenix-Qualität, also ohne Füllstoffe oder Junk.

Soll ich dir einen frühen Zugang sichern?

FOLLOWER IN DEN SOZIALEN MEDIEN

(IG/FB Stories oder DMs)

Story/Bildunterschrift: NEUES PRODUKT. Du weißt ja, dass ich von allem begeistert bin, was mit Wellness zu tun hat – und Isagenix hat gerade das reinste und wirksamste **Kreatin**-Präparat auf den Markt gebracht, das ich je ausprobiert habe.

Es ist perfekt für Leistung, Regeneration und sogar Konzentration – ohne Blähungen. Es ist nicht nur für Fitnessstudio-Besucher geeignet – jeder kann davon profitieren. Schreibt mir eine Nachricht, wenn du frühzeitig Zugang oder weitere Informationen haben möchtest!

BONUS-SKRIPT: DIE PERFEKTE ERGÄNZUNG

(Für diejenigen, die bereits ein Lieblingsprodukt verwenden)

Hey X! Ich weiß, dass du dein [Produktname oder „Isagenix-Grundnahrungsmittel“] bereits liebst – deshalb möchte ich dir die perfekte Ergänzung vorstellen, die unglaublich gute Bewertungen erhält. .

Kreatin ist da – rein, kraftvoll und entwickelt, um deine Ergebnisse zu verbessern. Egal, ob du mehr Energie, eine bessere Regeneration oder zusätzliche Kraft suchst – dies ist dein neues Lieblingsprodukt. Möchtest du die Details erhalten?





HÄUFIG GESTELLTE FRAGEN

WIE OFT SOLLTE ICH KREATIN EINNEHMEN?

Täglich! Regelmäßigkeit ist entscheidend. Die Einnahme von 2,5–5 g pro Tag hilft, deine Muskeln im Laufe der Zeit zu sättigen, um Kraft, Energie, Regeneration und Gehirnfunktion zu verbessern. Es ist keine Aufladungs- oder Zyklusphase erforderlich – betrachte es einfach wie Zähneputzen: kleine, regelmäßige Gewohnheiten = große langfristige Ergebnisse.

KANN KREATIN WÄHREND DER PERIMENOPAUSE UND MENOPAUSE HELFEN?

Ja! Kreatin unterstützt Kraft, Energie, Knochengesundheit und sogar die Stimmung während hormoneller Veränderungen. Es ist hormonfrei, gut erforscht und wirkt auf natürliche Weise mit deinem Körper zusammen, was es zu einer sinnvollen Ergänzung deiner Wellness-Routine in den Wechseljahren macht.

VERURSACHT KREATIN BLÄHUNGEN?

Nein, Kreatin hydratisiert deine Muskelzellen, nicht den Raum unter deiner Haut. Das bedeutet bessere Leistung, keine Schwellungen. Mythen über Blähungen stammen oft von minderwertigen Formeln oder veralteten Dosierungsprotokollen.

IST KREATIN EIN STEROID?

Nicht im Geringsten. Steroide sind synthetische Hormone, die die Chemie deines Körpers verändern. Kreatin ist eine natürliche Verbindung, die die Energieproduktion (ATP) sicher und legal unterstützt – ohne Hormone.



PREISE

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

*Dieses Produkt ist derzeit in Frankreich, Dänemark und Italien nicht erhältlich.

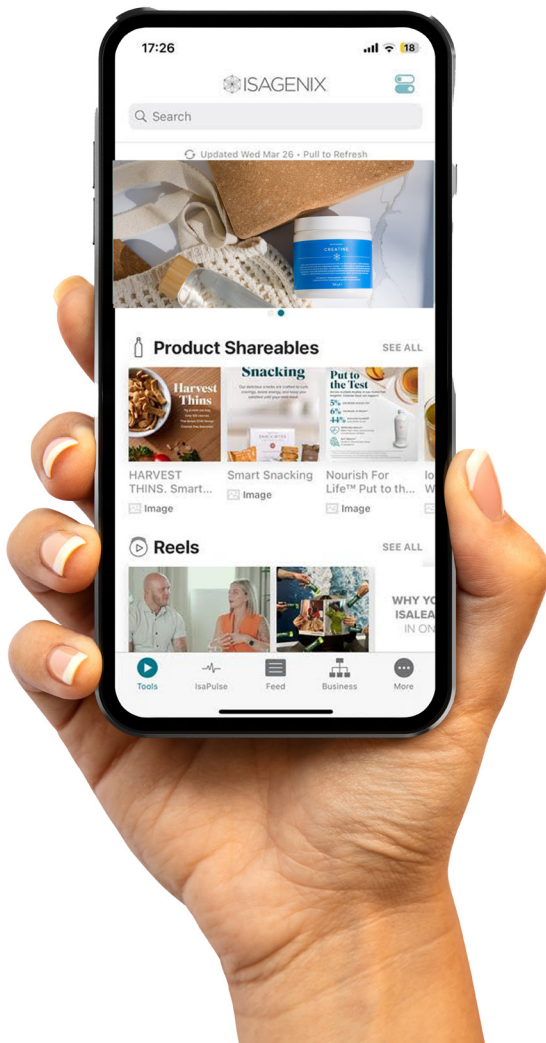


INHALTE TEILEN

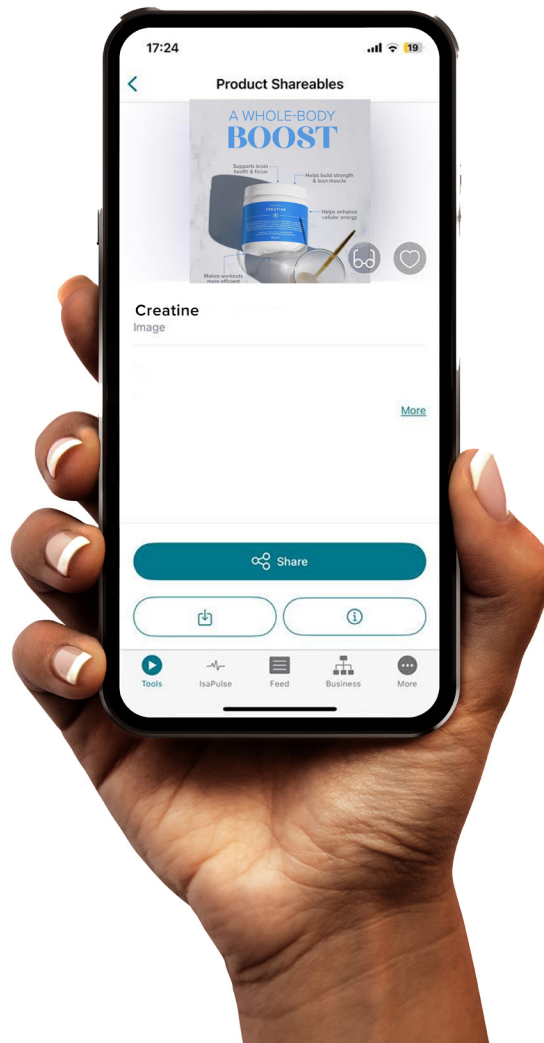
MIT DER ISAPULSE+ APP KÖNNTE DAS VERSENDEN VON INHALTEN (UND BENACHRICHTIGUNGEN!) AN DEIN TEAM NICHT EINFACHER SEIN.

LADE DIE ISAPULSE+ APP
aus dem Apple App Store
oder dem Google Play
Store herunter

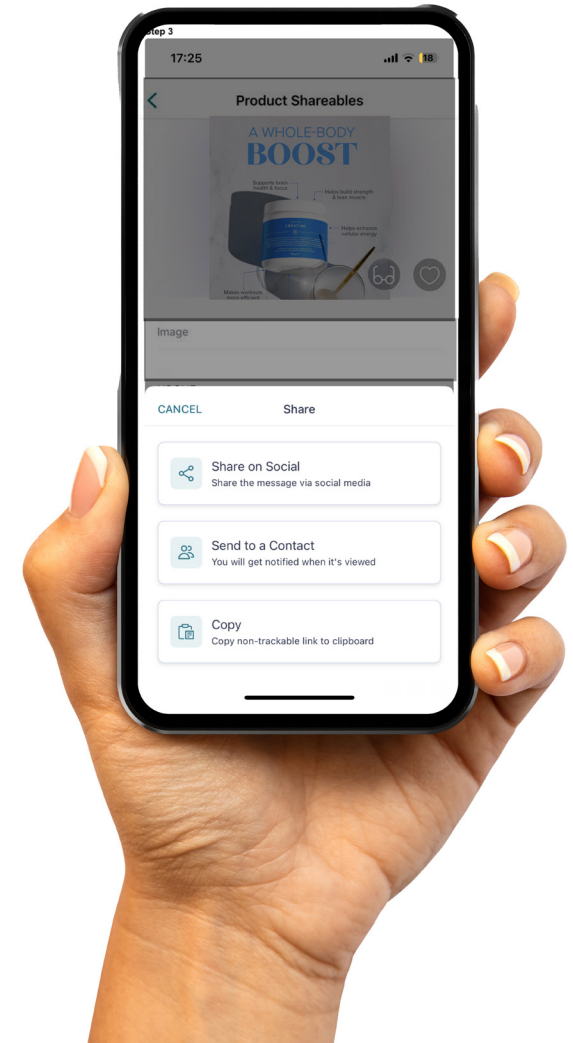
SCHRITT 1:
GEHE ZU „TOOLS“



SCHRITT 2:
SUCHE DIE RESSOURCE UND
KLICKE AUF „TEILEN“



SCHRITT 3:
WÄHLE DIE PLATTFORM, AUF
DER DU DEN INHALT TEILEN
MÖCHTEST



GRATIS- GESCHENK



**EXKLUSIVER
ISAGENIX-
MILCHAUFSCHÄUMER**
Für die ersten 200
Kreatin-Kunden mit
dem code:
**UK: UKCREATINE
EU: EUCREATINE**

Verfügbar für alle Bestellarten. Verwende den Code UKCREATINE, wenn du Kreatin als Einzelbestellung in Großbritannien kaufst, und den Code EUCREATINE, wenn du Kreatin als Einzelbestellung auf dem europäischen Festland kaufst, um einen kostenlosen Premium-Milchaufschäumer mit Markenlogo zu erhalten. Gilt für die ersten 200 Bestellungen, solange der Vorrat reicht.