



„¡No estuve enfermo durante 26 años y tú también puedes“

¿QUÉ SIGNIFICADO TIENE CYTOCHROM & Tribulus.Energie® PARA USTED Y PARA SU CUERPO?

La célula muscular:

Es muy pequeña pero tan genial.

In Greek mythology, Hēbē (Greek:

Ἥβη) is the goddess of youth (Roman equivalent: Juventas).

She is the daughter of Zeus and Hera. Hebe was the cupbearer for the gods and goddesses of Mount Olympus, serving their nectar and ambrosia, until she was married to

Heracles (Roman equivalent:

Hercules); her successor was the young Trojan prince Ganymede. El metabolismo aeróbico, es decir la facilitación de energía a través de la combustión de hidratos de carbono y grasas con la ayuda del oxígeno, tiene lugar en la célula muscular. La célula es la unidad del cuerpo de menor tamaño que puede considerarse viva, es la que realiza el metabolismo. Las células consisten de una envuelta celular, es decir de una membrana celular y del citoplasma en el interior. El citoplasma alberga las unidades funcionales (los orgánulos celulares). Los orgánulos celulares son como los órganos del cuerpo humano. Un orgánulo celular es la mitocondria que se denomina también como central energética de la célula.



El citocromo (del griego chroma = color) es una parte de la mitocondria y es corresponsable para la facilitación de energía para la célula. La energía creada por las células abastece el organismo. Si el organismo es bien suministrado, las funciones del cuerpo funcionan como solas.

El citocromo:

¡Lleguen a conocer la fuente de energía de sus células!

La condición previa para todas las actividades físicas como mentales es la capacidad de producir suficiente energía en las células. Por lo tanto la disposición de energía es la clave para el aumento de la capacidad productiva física o mental. Entrenar para tener más resistencia quiere decir entrenar a nuestro cuerpo a absorber más oxígeno con el fin de producir más energía en las células. Si no transformamos suficiente oxígeno, no producimos bastante energía (del griego ἐνεργός energós, 'fuerza de acción' o 'fuerza trabajando') y eso tiene como consecuencia que diversas actividades del cuerpo o actividades mentales no pueden ser realizadas de manera efectiva.

El citocromo también contribuye a la disposición de energía y en consecuencia al metabolismo energético. El entrenamiento de movimiento estimula la reproducción del citocromo. A través del movimiento llega más sangre hacia las células del cuerpo. Estas células solo pueden aprovechar de manera óptima el oxígeno si se reproduce el citocromo en las células.

Para el aumento de la producción del citocromo, el entrenamiento de resistencia es el mejor estímulo. La adaptación positiva del cuerpo hacia el entrenamiento se refleja en el aumento del citocromo. Cuanto más citocromo se encuentra en las células, más productivas son y más energía pueden producir. Con la ingestión de pH8KIDS® es posible mejorar la capacidad de rendimiento y perder peso.

El nivel de citocromo refleja la vitalidad y al mismo tiempo la capacidad de funcionamiento de las células del cuerpo. El aumento del nivel de citocromo indica un estado positivo de las diversas funciones del cuerpo como por ejemplo una capacidad de trabajo del corazón mejorada para el transporte de la sangre a través del sistema cardiovascular. Al mismo tiempo un nivel más alto de citocromo nos indica una buena capilarización, es decir un aumento del vaso sanguíneo, del cual es llevado el oxígeno hacia los tejidos

corporales. Gracias al entrenamiento aumentado los músculos, los tendones y los ligamentos se desarrollan mejor. Otro aspecto importante es que el nivel aumentado de citocromo celular es un indicador para la capacidad de rendimiento mental ya que el entrenamiento de resistencia también influye de manera positiva en la función mental, como por ejemplo el aumento de la concentración, la mejora de la capacidad de absorción, la mejora del rendimiento de la memoria y la mejora de la capacidad de reacción

Conclusiones: Alta resistencia = citocromo alto

¿Qué computadoras y los músculos tienen en común? Tanto recordar!

Los músculos recuerdan la gloria de una sola vez!

Esta memoria se almacena en el ADN de los núcleos de las células, que dividen Cuando se entrena un músculo. Contrariamente a la opinión anterior, los núcleos de tesis no se pierden cuando se atrofia un músculo; Los investigadores demostraron el 16 de junio en la revista Proceedings de la Academia Nacional de Ciencias. Estos núcleos adicionales forman una especie de memoria muscular hizo permite que el músculo para reconstruir rápidamente después de la fase inexplorada.

Los resultados sugieren que hacían ejercicio en fragilidades de edad joven

O como conmigo, que busca construir un sistema inmune fuerte, sin futuras alergias y las visitas médicas!
Excepto dentista para profilaxis dental.

"Las células musculares son enormes," dice Willi Ehrlich. Debido a que son tan grandes, se necesita más de un núcleo celular para Proporcionar a la "plantilla de copias de ADN" también lo hicieron los grandes cantidades de proteína se pueden formar hicieron dar el músculo su poder. La investigación anterior ha demostrado hizo células musculares se hacen más grandes por el entrenamiento, ya que se unen entre sí por las células madre (las denominadas células satélite), que se insertan entre las células musculares.



Hasta ahora, los investigadores han pensado que los núcleos adicionales son asesinados en la atrofia muscular por un programa de ruptura celular llamado apoptosis. En el nuevo estudio, un equipo simuló los efectos de un entrenamiento al permitir que el músculo, lo que eleva los dedos de los pies en ratones, para trabajar más duro. Esto aumentó el número de núcleos celulares de la sexta día. Sobre un período de tiempo de 21 días, el número de núcleos en cada fibra aumentado en aproximadamente 54%. Desde el noveno día, los músculos eran tan grueso y el aumento en el volumen en un 35%.

A medida que los núcleos adicionales no desaparecen, podrían ofrecer una forma de reconstruir la proteína muscular y por lo tanto crear un tipo de memoria muscular, dijo. "Esto es fascinante y por lo tanto el artículo proporciona una buena evidencia", dice Willi Ehrlich después de un año de "fuerza y la resistencia de entrenamiento." "Es realmente algo nuevo y ayuda a explicar los resultados de la investigación, que muestran que músculos están muy rápido Un nuevo comienzo del entrenamiento."

"Si usted tiene núcleos se quedaron en sus músculos para siempre, siempre se puede tener a la ventaja," dice Willi Ehrlich. Sin embargo, el nuevo estudio sugiere hizo la reducción muscular puede ser mitigado mediante el bombeo de los músculos a una edad temprana con núcleos. "Esto podría ser un argumento para el entrenamiento físico obligatoria en las escuelas", dice Willi Ehrlich. Debido a que mi 100 es compatible con la mentira dentro de los dos minutos probar esto.



In push-ups, almost every muscle in the body is strengthened. At the same time you strengthen pectorals, shoulders, back, triceps. Biceps, trunk, delta, even the gluteal muscles. In addition, you train the sense of balance, the ability to coordinate and agility