**Białko Hydro Whey - najlepsze dla sportowców**

**Jak powszechnie wiadomo, białko pełni bardzo ważną rolę w diecie każdego sportowca. Niestety nie zawsze mamy możliwość dostarczenia jego odpowiedniej ilości tylko z pożywieniem. Świetną alternatywą może być białko Hydro Whey, które jest doskonale przyswajalne przez organizm sportowca i pozwala zaspokoić dzienne zapotrzebowanie na ten cenny składnik odżywczy.**

**Rola białka w diecie sportowca**

Białko jest niezbędne do życia wszystkim organizmom. Jest to podstawowy budulec mięśni, chrząstek, kości, a nawet enzymów i hormonów. U osób aktywnych fizycznie zapotrzebowanie na ten składnik odżywczy rośnie. Główną tego przyczyną jest przyśpieszony metabolizm białka w organizmie wywołany intensywnym wysiłkiem fizycznym. Co więcej, podczas treningu mięśnie ulegają uszkodzeniu, a do ich odbudowy i regeneracji potrzebne jest dostarczenie odpowiednich aminokwasów zawartych właśnie w białku. Istnieje wiele produktów spożywczych zawierających wysoką zawartość białka. Świetną alternatywą są również odżywki białkowe takie jak *Hydro Whey*, które są tworzone z myślą o sportowcach i są źródłem doskonale przyswajalnego białka.

**Hydro Whey - wysoka jakość i świetna przyswajalność**

**Białko Hydro Whey** to tzw. hydrolizat białka serwatkowego, który uchodzi za jedno z najlepiej przyswajalnych źródeł pełnowartościowego białka. Jest to wysokiej jakości odżywka, która jest łatwo trawiona i szybko absorbowana przez organizm. [Białko Hydro Whey](http://nutrend.pl/glowna/186-hydro-whey.html) dodatkowo wzbogacone jest L-argininą, która przyczynia się do rozszerzenia naczyń krwionośnych, dzięki czemu po zakończonym treningu mięśnie zostają szybciej zaopatrzone w składniki odżywcze.

