



keepgoing®

# Quick Recovery



PESO NETO  
600g



x10



MANGO

**Bebida para optimizar la recuperación**

**Quick Recovery** es una bebida post-ejercicio que garantiza una óptima recuperación gracias a su formulación idónea de carbohidratos y proteína (3:1). Entre sus ingredientes cuenta con hidratos de carbono de fácil asimilación para recargar los depósitos de glucógeno, así como Peptopro®, proteína hidrolizada de asimilación instantánea.

Enriquecido con BCAA'S y L-Glutamina para garantizar la regeneración muscular, reforzar el sistema inmune y combatir la fatiga central.

El aporte de minerales contribuye a restablecer el equilibrio hídrico, fundamental para la correcta respuesta muscular, y las vitaminas a mejorar la síntesis de nutrientes y mitigar el estrés oxidativo.

- + **Ratio 3:1 Carbohidratos – Proteína**
- + **PEPTOPRO: Proteína de asimilación inmediata**
- + **Enriquecido con BCAA'S, L-Glutamina, minerales y vitaminas.**



Asegura una óptima recuperación aportando lo necesario para cubrir la regla de las 3R's: Regeneración muscular, Reposición energética, Rehidratación. Uso especialmente recomendado cuando hay poco tiempo de recuperación entre actividades y/o cuando estas han sido de elevado desgaste.



500 ml  
(agua, leche,  
bebida vegetal)



RECUPERACIÓN

INFORMACIÓN NUTRICIONAL NUTRITION FACTS	Por 100 g Per 100 g	%VRN* %NRV* 100 g	Por 60 g Per 60 g	%VRN* %NRV* 60 g
Valor energético Energy value	1568 kJ (369 kcal)	-	941 kJ (221 kcal)	-
Grasas Fat	<0.5 g	-	0 g	-
De las cuales saturadas Saturates	0.1 g	-	0 g	-
Hidratos de carbono Carbohydrate	68 g	-	41 g	-
De los cuales azúcares Sugars	53 g	-	32 g	-
Proteinas Protein	23 g	-	14 g	-
Sal Salt	0.21 g	-	0.12 g	-
Contenido aproximado en vitaminas y minerales Approximate vitamins and minerals contents				
Vitamina A Vitamin A	667 µg	83	400 µg	50
Vitamina D Vitamin D	4.2 µg	84	2.5 µg	50
Vitamina E Vitamin E	10 mg	83	6 mg	50
Vitamina B Vitamin C	67 mg	84	40 mg	50
Tiamina Thiamine	0.92 mg	84	0.55 mg	50
Riboflavina Riboflavin	1.2 mg	86	0.70 mg	50
Niacina Niacin	13 mg	81	8.0 mg	50
Vitamina B6 Vitamin B6	1.2 mg	86	0.70 mg	50
Ácido Fólico Folic Acid	169 µg	85	102 µg	51
Vitamina B12 Vitamin B12	2.1 µg	84	1.3 µg	52
Biotina Biotin	42 µg	84	24 µg	50
Ácido Pantoténico Pantothenic Acid	5.0 mg	83	3.0 mg	50
Potasio Potassium	644 mg	32	397 mg	19
Calcio Calcium	289 mg	36	173 mg	22
Fósforo Phosphorus	163 mg	23	98.1 mg	14
Magnesio Magnesium	111 mg	30	65.3 mg	18
Hierro Iron	9.1 mg	26	2.7 mg	16
Zinc Zinc	2.5 mg	25	1.5 mg	15
Cobre Copper	0.25 mg	25	0.15 mg	15
Manganese Manganese	0.50 mg	25	0.30 mg	15
Selenio Selenium	14 µg	25	8.3 µg	15
Crómeno Chromium	10 µg	25	6.0 µg	15
Molibdeno Molybdenum	12 µg	24	7.5 µg	15
Yodo Iodine	37.5 µg	25	22.5 µg	15
Contenido aproximado en vitaminas y minerales Approximate vitamins and minerals contents				
Ácido aspártico Aspartic acid	11.37 g	-	1.56 g	-
Ácido glutámico Glutamic acid	17.72 g	-	2.44 g	-
Alanina Alanine	5.05 g	-	0.69 g	-
Arginina Arginine	1.84 g	-	0.25 g	-
Cisteína Cysteine	2.25 g	-	0.31 g	-
Fenilalanina Fenylalanine	2.00 g	-	0.26 g	-
Glicina Glicine	1.69 g	-	0.23 g	-
Histidina Histidine	1.45 g	-	0.20 g	-
Isoleucina Isoleucine	5.94 g	-	0.82 g	-
Leucina Leucine	9.90 g	-	1.36 g	-
Lisina Lysine	9.66 g	-	1.33 g	-
Metionina Methionine	2.19 g	-	0.30 g	-
Proline Proline	0.44 g	-	0.06 g	-
Serina Serine	5.00 g	-	0.69 g	-
Tirosina Tyrosine	2.68 g	-	0.37 g	-
Treonina Threonine	7.07 g	-	0.97 g	-
Triptófano Tryptophan	1.79 g	-	0.25 g	-
Valina Valine	5.18 g	-	0.71 g	-
Por 100 g proteína Per 100 g protein	Por 60 g Per 60 g			

**Ingredientes:** Proteínas de la **LECHE** [aislado de proteína de suero lácteo y Peptopro® 0.02% (caseínato hidrolizado de la **LECHE**)], sacarosa, dextrosa, maltodextrina, mezcla de minerales [gluconato de potasio, sal cálcica de ácido ortofosfórico, carbonato de magnesio, cloruro de sodio, fumarato ferroso, sulfato de cinc, sulfato de manganeso, sulfato cuproso, molibdato de sodio (molibdeno [VI])], cloruro de cromo (III) y su hexahidrato, yoduro de potasio, selenito de sodio, fructosa, acidulante ácido citrico, colorante carotenos, aroma, mezcla de vitaminas [ácido L-ascórbico (vitamina C), acetato DL-alfa-tocoferilo (vitamina E), nicotinamida (niacina), acetato de retinilo (vitamina A), D-pantotenoato cálcico (ácido pantoténico), clorhidrato de piridoxina (vitamina B6), riboflavina, clorhidrato de tiamina (tiamina), ácido pteroilmonoglutámico (ácido fólico), D-biotina (biotina), colecalciferol (vitamina D), cianocobalamina (vitamina B12)], edulcorantes sacralosa y glucósidos de esteviol procedentes de estevia.



info@keepgoing.es

keepgoing.es

+34 91 726 91 58

659 24 16 63



PREMIUM QUALITY NATURAL



DOPING FREE



SCIENTIFIC EVIDENCE

Keep Going, S.L. Avenida Somosierra 12, Nave 30  
San Sebastián de los Reyes, 28703 - MADRID