

# MARE GOLD®

## 80 % Omega-3

Für eine bewusste Ernährung mit  
hochwertigen, mehrfach ungesättigten Fettsäuren



### Omega-3 – Gesundheit aus dem Meer

Neben ausreichender Bewegung ist eine bewusste und ausgewogene Ernährung für die Gesunderhaltung von Körper und Geist besonders wichtig. Eine zentrale Rolle spielt dabei die richtige und ausreichende Fettzufuhr. Dabei kann sich eine fettreiche Ernährung durchaus positiv auf die Gesundheit auswirken, wie ein Phänomen aus Grönland zeigt. So profitieren die Ureinwohner der Polarregionen, deren Ernährung reich an fettreichen Kaltwasserfischen ist, häufig bis ins hohe Alter von einem gesunden und leistungsfähigen Herz-Kreislauf-System. Ein wesentlicher Grund dafür sind die in den Kaltwasserfischen enthaltenen mehrfach ungesättigten Omega-3-Fettsäuren.

Seit der Entdeckung dieses Phänomens Mitte des letzten Jahrhunderts wurden weltweit mehr als 15.000 Studien durchgeführt, die den vielfältigen Nutzen der Omega-3-Fettsäuren eindrucksvoll belegen. **Zum Beispiel tragen 250 mg EPA und DHA täglich zu einer normalen Herzfunktion bei.** Denn in jedem Alter leisten sie einen wichtigen Beitrag für eine gesunde Lebensweise.

Viele Hintergrundinformationen zu den wertvollen Omega-3-Fettsäuren und ihren vielfältigen positiven Eigenschaften finden Sie in „Omega-3 aktiv“ von Michael Hamm und Dirk Neuberger (2. aktualisierte Auflage, 2008, Schlütersche Verlag, 96 Seiten).



**Nur 9,90 € (versandkostenfrei)**

**Bestellhotline: 0180 / 512 22 03**

(14 Ct./min. aus dem dt. Festnetz; max. 42 Ct./min. aus dem dt. Mobilfunknetz)

Aktuelle Informationen rund um das Thema Omega-3 finden Sie auch im Internet unter [www.ak-omega-3.de](http://www.ak-omega-3.de).

### Optimal versorgt mit Omega-3?

Eine ausreichende Versorgung mit Omega-3-Fettsäuren ist lebensnotwendig. Dies betont auch die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE): „Omega-3 Fettsäuren sind essenzielle Nährstoffe. Sie müssen mit der Nahrung zugeführt werden, da unser Körper sie als wichtige Bausteine der Zellmembranen sowie für Gewebshormone benötigt. (...) Die DGE empfiehlt nach wie vor 1- bis 2-mal in der Woche Fisch zu verzehren – vor allem Seefische wie Makrele, Lachs und Hering.“ (Quelle: DGE-special 02/2006 vom 09.05.2006)

Wie jedoch die Nationale Verzehrstudie NVS II belegt, essen die Deutschen weiterhin zu wenig Fisch. Die ergänzende Zufuhr von mit Omega-3-Fettsäuren angereicherten Produkten (z. B. Margarine/Brot) sowie die Einnahme von Fischölkapseln zur Nahrungsergänzung sind Möglichkeiten, die Omega-3 Versorgung zu verbessern.

### Omega-3 als Nahrungsergänzung

Omega-3 ist als Wirkstoff in Fischölkapseln in unterschiedlicher Qualität und Zusammensetzung erhältlich. Insbesondere im Hinblick auf verwendete Rohstoffe und tatsächlichen Gehalt an Omega-3 gibt es hier deutliche Unterschiede. Mit **MAREGOLD** halten Sie ein Premium-Produkt von hoher Qualität in Ihren Händen. Dank ihrer speziellen Rezeptur eignen sich die **MAREGOLD** Fischölkapseln sehr gut für die tägliche Nahrungsergänzung.

Lesen Sie weiter und erfahren Sie warum ...





**MAREGOLD – das Premiumprodukt unter den Fischölkapseln**

Mit MAREGOLD ist es gelungen, die wertvollen, mehrfach ungesättigten Fettsäuren auf kleinstem Raum zu konzentrieren. So können Sie Ihren Körper besonders effizient mit Omega-3-Fettsäuren versorgen. Überzeugen Sie sich selbst von den vielen Vorteilen, die Ihnen MAREGOLD bietet:

**• Mindestens 80 % reines Omega-3**

MAREGOLD Fischölkapseln enthalten mindestens 80 % der wertvollen Omega-3-Fettsäuren gegenüber herkömmlichen Produkten mit durchschnittlich nur 30 % Omega-3. Mit diesem hohen Gehalt bietet MAREGOLD im Vergleich zu anderen Produkten deutlich mehr Omega-3 und zugleich einen minimierten Anteil sonstiger Inhaltsstoffe. Hier steckt maximale Qualität in minimaler Größe, sehen Sie selbst:

	MAREGOLD	VERGLEICHSPRODUKT
Kapselgewicht	500 mg	500 mg
Dosierung	1 kleine Kapsel 	2 kleine Kapseln 
Omega-3-Anteil in %	80 %	30 %
Omega-3-Anteil in mg	400 mg	2 x 150 mg
Sonstige Inhaltsstoffe	100 mg	2 x 350 mg

 Omega-3       Sonstige Inhaltsstoffe (vor allem andere Fette)

**• Hoher Anteil an EPA und DHA**

Die wichtigsten Vertreter der Omega-3-Fettsäuren sind die Eicosapentaensäure (EPA) und die Docosahexaensäure (DHA). EPA hilft unserem Organismus vor allem bei der Bildung von Eicosanoiden, die für zahlreiche Stoffwechselvorgänge erforderlich sind. DHA ist vorrangig im Gehirn sowie in der Netzhaut integraler Bestandteil. Sowohl EPA als auch DHA sind in MAREGOLD in vergleichsweise hohen Anteilen enthalten. Insgesamt tragen 250 mg EPA und DHA täglich zu einer normalen Herzfunktion bei.

**• Nachhaltiger Fischfang & Permanente Qualitätskontrollen**

Die für MAREGOLD verwendeten Rohstoffe müssen hohen Qualitätsansprüchen genügen. Der Fischfang erfolgt daher ausschließlich in den klaren Gewässern des Südpazifiks unter Beachtung strengster Umweltauflagen. Von diesem Augenblick bis zum Versand an unsere Kunden unterliegt jeder Verarbeitungsschritt stets strengen Qualitätskontrollen.

**• Kein Fischgeschmack und -geruch**

Dank der qualitativ hochwertigen Verarbeitung riecht und schmeckt MAREGOLD nicht nach Fisch, d. h. es entsteht kein unangenehmer Nachgeschmack bei Verzehr zu den Mahlzeiten. Bitte beachten Sie dazu die Verzehrempfehlung.

**• Optimal dosiert & leicht einzunehmen**

Aufgrund der hohen Wirkstoffkonzentration leistet schon eine kleine Kapsel pro Tag einen wesentlichen Beitrag um eine regelmäßige Versorgung mit Omega-3 sicherzustellen. Mit 32 Kapseln liefert jede Packung somit genügend Omega-3 für einen ganzen Monat. Ihre geringe Größe macht die tägliche Einnahme der MAREGOLD Kapseln zudem besonders einfach.

**• Vom Arbeitskreis Omega-3 e.V. empfohlen**

MAREGOLD ist seit Anfang 2009 Mitglied des Arbeitskreis Omega-3 e.V. und wurde im Zuge einer wissenschaftlichen Prüfung als ernährungswissenschaftlich wertvoll eingestuft. Denn bereits eine kleine Kapsel MAREGOLD deckt mit mehr als 300 mg EPA/DHA die tägliche Verzehrempfehlung des Arbeitskreis Omega-3 e.V.



**MAREGOLD – Zusammensetzung und Verzehrempfehlung**

MAREGOLD ist ein Nahrungsergänzungsmittel mit mehrfach ungesättigten Omega-3-Fettsäuren.

**Inhalt:** 32 Kapseln à 500 mg Fischölkonzentrat (= 22,3 g)

**Zutaten pro 100 g:** Fischöl (72 g), Gelatine, Feuchthaltemittel: Glycerin, natürliches Vitamin E (0,26 g; Soja).

**Verzehrempfehlung:** Täglich eine Kapsel unzerkaut mit ausreichend Flüssigkeit zu einer Mahlzeit schlucken. Eine Einnahme auf leeren Magen oder mit Heißgetränken bzw. säurehaltigen Säften ist nicht zu empfehlen.

**Hinweis:** Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine abwechslungsreiche Ernährung dienen. Bei einer Zimmertemperatur von max. 20 °C trocken und vor Licht geschützt lagern. Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.

Nährstoffe pro Kapsel (500 mg)		% des empf. Tagesbedarfs*
Omega-3-Fettsäuren (80 %)	400 mg	**
davon EPA (mind. 53 %)	mind. 265 mg	**
davon DHA (mind. 10 %)	mind. 50 mg	**
natürliches Vitamin E	1,8 mg α-TE	15 %

\* nach Nährwert-Kennzeichnungsverordnung

\*\* Der Arbeitskreis Omega-3 e. V. empfiehlt die Einnahme von 300 mg EPA/DHA pro Tag

Ø Nährwertangaben	pro 100 g	pro Kapsel
Brennwert	3.100 kJ (738 kcal)	21,6 kJ (5,1 kcal)
Eiweiß	17,1 g	0,119 g
Kohlenhydrate	8,5 g	0,059 g
Fett, davon	72 g	0,5 g
- gesättigte Fettsäuren	0 g	0 g
- einfach gesättigte Fettsäuren	0 g	0 g
- mehrfach ungesättigte Fettsäuren	72 g	0,5 g

Mit MAREGOLD haben Sie ein hochwertiges Produkt zur Unterstützung Ihrer täglichen Omega-3-Versorgung erworben.

Weitere Informationen rund um Omega-3-Fettsäuren im Allgemeinen und MAREGOLD im Speziellen finden Sie auch im Internet unter [www.maregold.de](http://www.maregold.de).

Das Produkt MAREGOLD wird nach den geltenden Richtlinien und Gesetzen in Deutschland hergestellt und nur in Deutschland vertrieben. Auf Nachfrage erhalten Sie MAREGOLD auch in Ihrer Apotheke.