



SQUEEZY®

SPORTS NUTRITION

**BRAND
BOOK
2024**



UNSE RETH EMEN

DER INHALT

- 3 SPORTNAHRUNG - DIE PHILOSOPHIE
- 4 PRODUKTVORTEILE UND DNA
- 6 NACHHALTIGKEIT - SQUEEZY GOES GREEN

PERFORMANCE

- 8 ENERGY GEL
- 9 LIQUID ENERGY
- 10 ENERGY GEL REFILLER / DISPENSER
- 11 LIQUID ENERGY REFILLER / DISPENSER
- 12 ENERGY DRINKS
- 13 ENERGY FRUIT GUMS
- 14 ENERGY BARS

RECOVERY

- 16 100% PURE AMINO
- 17 PROTEIN ENERGY DRINK
- 18 PROTEIN ENERGY BAR

WEIGHT LOSS

- 20 ATHLETIC

SPECIALS

- 22 SALT TABS
- 23 BIO-FLASCHEN

- 24 WISSEN UND RATGEBER



SPORTNÄHRUNG

PHILOSOPHIE

DIE ZUKUNFT WAR GESTERN...

Heute sind wir einen Schritt weiter und entwickeln ein Squeezy für die nächste Generation. Die DNA und Philosophie ist und bleibt aber State of the Art.

Die Marke Squeezy steht seit 1992 für einen Brand, der so kompromisslos wie kein anderer für Performance steht. Zugegeben, vor nunmehr über 30 Jahren war auf diesem Gebiet so gut wie nichts und wir prägten mit unserem Verständnis von Sports Nutrition eine Generation Ausdauersportler.

Was ist nun dieses Squeezy, dass seit über 30 Jahren * besteht und sich erfolgreich auch mit einer neuen Produktgeneration gegen unvorteilhafte Trends stemmen wird?

Wir alle folgen nur zu gerne den Versprechungen von Sportnahrungsanbietern. Alles ist inzwischen vegan, hochverträglich und steigert Leistung und Ausdauer ins Unermessliche. Wir wären alle Superathleten, würde das stimmen!

Die Wahrheit ist, viele, ja sehr viele Sportler haben vor allem bei längeren Ausdauereinheiten massive Probleme mit der Verträglichkeit und das liegt in der Natur der Dinge. Man kann sich diesen Umstand zu Nutze machen und mit allerlei Hokusfokus, anderen Verfahren und Inhaltsstoffen zaubern oder es auch einfach nur behaupten. Teuer hilft dabei übrigens auch, denn teuer muss gut sein. Wirklich?

In der Entwicklung von Squeezy arbeiten die Meister der Reduktion. Wir glänzen durch Minimalisierung, Optimierung, Gewichtung und bei der Auswahl maximal hochwertiger Inhaltsstoffe. Wir erproben mit Profi-Sportlern unsere Produkte, die unter höchsten und andauernden Belastungen funktionieren müssen. Made in Germany.

Das ist unsere Philosophie und daran ändert sich nichts!

Neu sind hingegen nachhaltige Produktionsprozesse und Verpackungen. Neu sind aber vor allem unsere Next Generation-Produkte, die mit weiter optimierten Rezepturen Funktion und Geschmack ganz im Sinne des Sportlers auf die Spitze treiben und die Ernährung in Training und Wettkampf komplikationsfrei machen.



CEO Squeezy Sports Nutrition

* Produktvorstellung 1987

DIE VOR TEILE

UNSERE DNA

GEMACHT FÜR UNS SELBST!

Jetzt mal ehrlich: Wenn Du Deine Sportnahrung selber herstellen würdest, wären dann Dinge darin, deren Namen man kaum aussprechen kann? Würdest Du Zutaten hinzufügen, die keinen Nutzen haben oder den Magen sogar reizen, nur weil man damit werben kann?

Vermutlich nicht. Und so sehen wir das auch. Denn wir sind selbst auch Sportler, Radfahrer, Läufer, Trailrunner. Wir wollen unseren Sport genießen und ohne Angst vor Unverträglichkeiten leckere Energieprodukte zu uns nehmen - gleiches gilt auch für die Erholung nach dem Sport.

Das versprechen so ziemlich alle. Ein Blick in die Zutatenlisten der Produkte sagt jedoch etwas anderes.

Mit unserem Leitmotiv "**All the body needs, not more, not less. Und das bei maximaler Verträglichkeit!**", sind wir vielleicht etwas unsexy, aus Marketingsicht. Schicke Wortschöpfungen für sinnlose Innovationen sucht man bei Squeezy vergeblich.

Weniger ist mehr, sagt der Volksmund. Stimmt nicht immer, wie wir wissen. Und ganz so einfach ist es dann auch nicht, sonst könntest Du Dir Deine Nahrung ja wirklich selbst herstellen. Das Weglassen ist eine hohe Kunst, wenn Funktion und Verträglichkeit auf einem hohen Level stattfinden sollen. Was unsere Produkte ausmacht und was sie können, wollen wir Dir nachfolgend zeigen.

Karten auf den Tisch, nimm Dir die Zeit!

Künstliche und unnötige Inhaltsstoffe

Wir lehnen ab, was in irgendeiner Art und Weise die Magenverträglichkeit beeinflussen könnte. Geschmack kommt aus natürlichen Quellen.

Niedrige Konzentration gelöster Teilchen

Alle unsere Produkte enthalten eine besonders niedrige Konzentration an gelösten Teilchen (geringe Osmolarität). Das garantiert eine sehr leichte, schnelle Aufnahme und Bereitstellung der Energie im Körper. Übrigens funktioniert das auch, wenn Du schon leicht dehydriert bist, da es wenig Wasser bindet. Ein ganz wichtiger Faktor für viele Sportler.

Zusätzliche und unnötige Inhaltsstoffe wie Geschmacksverstärker und z.B. künstliche Süßstoffe verschlechtern und verlangsamen die Aufnahme wesentlich. Im ungünstigsten Fall bis zur Blockade. Das ist der Moment, an dem Dein Training/Wettkampf ein unerfreuliches Ende findet.

Mehrstufige Energiefreigabe

Wir nutzen primär eine spezielle Maltodextrinmischung mit einem auf den Zweck abgestimmten Anteil an kurz- und langkettigen Kohlenhydratmolekülen sowie Zucker. Bei einigen Produkten nutzen wir zusätzlich Isomaltulose. So erreichen wir eine sehr konstante Energieabgabe über einen für Dich leicht kalkulierbaren Zeitraum. Die genaue Mischung ist natürlich geheim, aber besonders magenfreundlich.

Fruktose

Schnelle Energie liefert Fruktose (Fruchtzucker). Einige Sportler vertragen aber keine Fruktose und daher bieten wir auch immer Varianten ohne Fruktose an.

DIE VOR TEILE

UNSERE DNA

Isomaltulose

Einige Produkte enthalten Isomaltulose, die für Sportler mit Laktoseintoleranz und Zöliakie problemlos konsumierbar ist. Mit Isomaltulose lässt sich eine sehr konstante Energieversorgung umsetzen.

Wenn eine Fruktoseunverträglichkeit vorliegt, empfehlen wir diese Produkte in kleinen Mengen auf Verträglichkeit zu prüfen.

Natrium und Kalium

Eine Störung der Elektrolytversorgung kann ernste Folgen haben. Daher enthalten unsere Produkte immer die dringend benötigten Mineralien Natrium und Kalium. An heißen Tagen und langen Belastungen empfehlen wir ggf. Salt Tabs zusätzlich einzuplanen.

Magnesium

Die Werbung sagt, man benötigt Magnesium, um leistungsfähig zu sein und Krämpfe zu vermeiden. Die Wahrheit ist: Der Anteil von Magnesium im körpereigenen Schweiß ist gegenüber dem Natrium (Salz) sehr gering. Magnesium nehmen wir zudem bei unserer Ernährung im Normalfall in genügend großen Mengen zu uns.

Magnesium wirkt auf die gesamte Muskulatur, also auch die Darmmuskulatur. Daher ist die Aufnahme während der Belastung schnell kontraproduktiv und kann zu Durchfällen führen. Aktuell ist Magnesium im Protein Energy Drink und in Liquid Energy enthalten.

Hinweis: Krämpfe haben Ihre Ursache meist in überanspruchter Muskulatur, Dehydrierung und Natriummangel.

Künstliche Süß- und Farbstoffe

Wir nutzen weder das eine noch das andere.

Hinweise für Veganer / Vegetarier

Alle unsere Gel und Liquid-Produkte, sowie die Energiedrinks sind vegan, wir nutzen dafür also keinerlei tierische Produkte.

Nicht vegan sind die Fruit Gums, der Protein Energy Bar und Protein Energy Drink, sowie Squeezy Athletic.

Aminosäurenwertigkeiten

In unserem Produkt '100% Pure Amino' ist der Name Programm. Das nach dem MAP®-Prinzip hergestellte Produkt wird zu 99% verstoffwechselt. Lass Dich also nicht von "Premiumprodukten" blenden, die mit deutlich weniger Wertigkeit arbeiten.

Wasser zum Energy Gel

Unbedingt! Alle Gels sind hypertonisch und müssen mit Wasser verdünnt werden, damit sie im Magen die korrekte Energiekonzentration pro 100ml enthalten und möglichst schnell aufgenommen werden können. Auch wenn sie pur so lecker schmecken, Nachtrinken ist Pflicht!

Bei unseren Liquids musst Du nicht direkt Nachtrinken. Bei langen Belastungen benötigst Du trotzdem Wasser, um Dehydrierung zu vermeiden.

Kombination mit Produkten Dritter

Unsere Produkte sind alle aufeinander abgestimmt. Natürlich kannst Du sie aber trotzdem mit Produkten anderer Hersteller kombinieren. Gerne beantworten wir dazu Deine Fragen persönlich.

NACHHALTIGKEIT

SQ GOES GREEN



WIR WERDEN NACHHALTIG

Mit unseren Produkten sind wir, und das ist uns absolut bewusst, gerade auf Großveranstaltungen auch Teil des Problems. Mit neuen Ideen wollen wir einen Teil der Lösung anbieten.

Nicht alles was uns in den letzten 2 Jahren eingefallen ist, lässt sich auch umsetzen. Lebensmittel- und Verpackungsvorschriften sind zuweilen hinderlich, neue Technologien noch nicht zertifiziert und gerade in den letzten 2 Jahren war es überaus schwierig, Rohstoffe, Materialien und Auftragshersteller in Einklang zu bringen.

Trotzdem ist viel passiert: Unsere neuen Energy-Gels werden inzwischen in hochmoderne Monofolien gefüllt, die über die Wertstoffsammlung entsorgt werden können.

Seit Anfang 2024 sind nun auch unsere Liquid Energy Produkte im recyclingfähigen 1000ml-Refiller verfügbar und ermöglichen so mit dem neuen 150ml-Softflask eine sehr nachhaltige, praktische und kleckerfreie Energieaufnahme. Mit bis zu 45% Kostenersparnis ist hier der Kunde König.

Im Laufes des Jahres werden auch sämtliche Geschmacksrichtungen des Gel-Sortiments im 500ml-Refiller verfügbar gemacht.

An die Stelle, wo wir bisher Presslinge (Tabletten) in PET-Dosen abgefüllt haben, sind nun Papptüten aus teilweise recyceltem Zellstoff getreten. Der aus technischen und hygienischen Gründen notwendige Einsatz ist ein Bio-Kunststoff aus K-PET, basierend auf Bio-Zuckerrohr.

Unser Getränkepulver verpacken wir inzwischen ebenfalls in einem Dosenkorpus aus Bio-Zuckerrohr. Auch der Deckel und der Messlöffel werden zukünftig aus diesem Material bestehen.

Soweit wir Einfluss nehmen können, sind wir bemüht, Lieferketten und Logistik so Klimaneutral wie möglich zu gestalten und haben auch bei Großverpackungen und im Versandbereich auf die Wiederverwertung von Füllstoffen und Kartonagen umgestellt.

Es ist noch viel zu tun und wir sind uns als Sportnahrungshersteller der Verantwortung bewusst.

Unsere neuen Produkte mit nachhaltigen Lösungen erkennst Du am 'Squeezy goes Green' - Badge.

PER FORM ANCE

PRODUKTE ZUR LEISTUNGSENTFALTUNG UND
ERHALTUNG FÜR AUSDAUERSPORTLER

PER FORM ANCE

SORTIMENT

DAS ENERGY GEL

Squeezy Energy Gel war das erste seiner Art, weltweit. Und bis heute ist es unser wichtigstes Produkt.

Unser Energy Gel ist hoch wirksam, liefert dank einer fein abgestimmten Rezeptur über einen sehr geradlinigen Zeitraum zuverlässig und planbar Energie aus mehreren Kohlenhydratquellen sowie Mineralien (Natrium, Kalium).

Dank zahlreicher Geschmacksvarianten ist von Süß über Süß-Säuerlich, Fruchtig, Salzig und Herzhaft für jeden etwas dabei. Dabei sind auch ungewöhnliche Geschmäcker wie Tomate, Salty Caramel oder das ab Frühling 2023 erhältliche Basic Formula - ohne zusätzliche Geschmacksstoffe.

Was nicht hinein muss, ist auch nicht drin. Der Fokus liegt immer auf maximal mögliche Verträglichkeit. Vegan, frei von Laktose, Gluten, künstl. Süß- und Farbstoffen. Optional auch ohne Fruktose.

Rezepturen mit und ohne Koffein sowie wahlweise mit Isomaltulose und/oder Glukose bei Fruktosemalabsorption und Fruktoseintoleranz, machen Squeezy Energy Gel für jeden verträglich.



Varianten

Banane, Himbeere, Orange/Pfirsich, Zitrone, Salty Caramel, Tomate, Cola/Koffein, Zitrone/Koffein, Basic Formula

Verpackung

Die Verpackung besteht aus einer hochmodernen, lebensmittelechten und recycelbaren Monofolie. Der Abriss bleibt am Produkt hängen.

Sachet 33g

1.95 Euro

12 Sachets zu 33g im Display

19.90 Euro

Einnahme Sportarten

Während der Belastung (2-3/Std.)
Alle Ausdauersportarten wie
Laufsport, Radsport, Triathlon,
Skilanglauf u.a.

PER FORM ANCE

SORTIMENT

GEL OHNE NACHTRINKEN

Wenn Energie ohne Nachtrinken gewünscht ist, kommt unser neues Liquid Energy Gel ins Spiel. Etwas weniger gellastig und mit ähnlicher Energiemenge wie unsere Gels. Dafür im richtigen Verhältnis verdünnt, um ohne Nachtrinken über die Runden zu kommen.

Gleiches Prinzip wie bei den Energy Gels mit neuen Geschmacksvarianten wie z.B. Wassermelone.

Viele Sportler mögen klebrige und hochkonzentrierte Gels nicht und in manchen Sportarten wie z.B. dem (Ultra)-Trailrunning oder Skilanglauf ist die Versorgung mit Wasser auch etwas schwieriger. Squeezy Liquid Energy lässt sich ohne Nachtrinken konsumieren, schmeckt sehr lecker und harmonisch.

Die perfekte Lösung auch dann, wenn kein Stopp möglich ist und im Wettkampf dringend Energie nachgeführt werden muss.

Es gelten die gleichen Vorgaben wie bei unserem Energy Gel. Entwickelt für maximale Verträglichkeit unter Belastung.

Vegan, mit/ohne Koffein-Booster, immer mit den Mineralstoffen Natrium und Kalium sowie Magnesium. **Frei von** Laktose, Gluten und künstlichen Süß- und Farbstoffen.



Varianten

Himbeere, Wassermelone, Zitrone/Koffein

Sachet 60ml 2.40 Euro
12 Sachets zu 60ml im Display 25.90 Euro

Einnahme Sportarten Während der Belastung (2-3/Std.)
Alle Ausdauersportarten wie Laufsport, Radsport, Triathlon, Skilanglauf u.a.

Verpackung

Die Verpackung besteht aus einer hochmodernen, lebensmittelechten und recycelbaren Monofolie. Der Abriss bleibt am Produkt hängen.

PERFORMANCE SORTIMENT

GEL DISPENSER / REFILLER

Unsere meistverkauften Gel-Varianten gibt es auch preisgünstig in der umweltfreundlichen Refiller-Flasche mit 500ml und dem wiederverwendbaren PET-Dispenser (125ml).

Das Duo aus Refiller und Dispenser verkaufen wir einzeln. So kannst Du jederzeit mit dem Refiller kaufen was Du brauchst und hast mit den Dispensern den Inhalt von 4-5 Gel-Sachets dabei. Das reicht in etwa für Belastungen von 2-3 Stunden und ist ungemein praktisch und sauber.

Mit der Dosierhilfe des Refillers lässt sich das Gel kleckerfrei in die Dispenser umfüllen. Deckel und Kappe drauf, fertig. Der Verschluss des Dispensers sorgt für eine einfache Entleerung ohne klebrige Finger beim Sport. Nach Gebrauch heiß auswaschen und immer wieder benutzen.

Der neue Softflask kommt mit 2 Ventilkappen für die Nutzung mit Gels und Liquids und ist unbefüllt.

Ab Frühjahr 2024 werden wir sukzessiv alle Geschmacksvarianten der Gels auch im Refiller anbieten.



Varianten

Zitrone, Cola/Koffein

Refiller (500ml)
Dispenser (125ml)
Softflask (150ml)

16.90 Euro
5.90 Euro
9.90 Euro

Verpackung

Der Dispenser ist kein One-Way-Produkt, sondern für die Wiederverwendung konzipiert.

Einnahme
Sportarten

Während der Belastung
Alle Ausdauersportarten wie
Laufsport, Radsport, Triathlon u.a.

PERFORMANCE SORTIMENT

LIQUID DISPENSER / REFILLER

Ganz neu sind unsere Liquid Energy Refiller in Kombination mit dem bereits vorgestellten Softflask. Satte 1000ml Inhalt sorgen für viel Energie und eine Ersparnis von bis zu 45% gegenüber Einzelsachets!

Der lieferseitig unbefüllte Softflask nimmt 150ml Liquid Energy auf und gibt diese mit dem speziellen Ventil auch kleckerfrei wieder frei.

Eine schöne Lösung vor allem für Läufer und Trailrunner, die den faltbaren Flask ganz einfach und druckfrei verstauen und so ohne Nachtrinken schnell und sauber Energie nachtanken können.

Drei Geschmacksrichtungen sind aktuell im Portfolio.



Varianten

Zitrone/Koffein, Wassermelone, Himbeere

Refiller (1000ml)
Softflask (150ml)

23.90 Euro
9.90 Euro

Verpackung

Der auswaschbare Softflask ist kein One-Way-Produkt, sondern für die Wiederverwendung konzipiert.

Einnahme
Sportarten

Während der Belastung
Alle Ausdauersportarten wie
Laufsport, Radsport, Triathlon u.a.

PERFORMANCE SORTIMENT

DIE ENERGY DRINKS

Eine ideale Ergänzung oder Alternative zu unseren Energy Gels. Ideal für die Trinkflasche am Rad oder den Flask beim Laufen. Superschnell löslich, verträglich und lecker.

Eignet sich für alle Phasen des Trainings und Wettkampfes als Kohlenhydratspender vor und während der Belastung, sowie zum schnellen Auffüllen - idealerweise innerhalb von 30 Minuten nach der Belastung (wir empfehlen hierfür insbesondere Lemon BCAA).

Alle Geschmäcker sind erfrischend, nicht zu süß und mit natürlichen Aromen, Natrium und Kalium.

Ohne Farbstoffe, künstliche Aromen und Konservierungsstoffe. Stark löslich in Wasser und schnell zubereitet. Für Vegetarier geeignet.

Die neue Variante **Basic Formula ist frei von Aromen sowie Fruktose** und kommt mit einer ganz feinen, süß-säuerlichen Note. Mische selbst Aromen wie Säfte oder Sirupe hinzu oder genieße Basic Formula pur. Unschlagbar in Sachen Variabilität und Verträglichkeit.



Varianten

Basic Formula (Neutral)
Orange
Kirsche
Zitrone mit BCAA

Verpackung

Als Produkt der 'Squeezy goes Green'-Offensive besteht der neue Dosenkorpus aus nachhaltigem Bio-Zuckerrohr

Basic Formula 650g
Alle anderen Varianten 650g

15.90 Euro
16.90 Euro

Einnahme
Sportarten

Bis zu 3x250ml / Stunde
Alle Ausdauersportarten wie
Laufsport, Radsport, Triathlon,
Skilanglauf u.a.

PER FORM ANCE

SORTIMENT

DAS ENERGY FRUIT GUM

Tropischer Geschmack mit echter Funktion, das sind unsere Energy Fruit Gums. Oft kopiert, aber nie richtig gemacht, denn es gibt einen relevanten Unterschied.

Fruit Gums sind lecker und eine tolle Abwechslung beim Sport, denn wer mag sie nicht? Doch Vorsicht, bestehen sie nämlich nur aus Einfachzucker, sind sie zur falschen Zeit eingenommen eine schnell tickende Zeitbombe wenn der Blutzuckerspiegel rasant steigt und kein schneller Brennstoff nachgeworfen wird. Das ist die Regel. Wir machen es anders ...

Squeezy Energy Gums enthalten eine mehrstufige Energiequelle mit Maltodextrin und können vollwertig in die Sportnahrung integriert werden - nicht nur kurz vor Ende! Die wichtigen Mineralstoffe Natrium und Kalium dürfen natürlich ebenso nicht fehlen. Eine Tüte Energy Fruit Gum enthält in etwa soviel Energie wie drei Sachets Energy Gel und kann ebenso eingesetzt werden. Die Inhaltsstoffe lösen sich bereits beim Lutschen in der Mundhöhle.

Hinweis: Wir empfehlen die Fruit Gums bei Temperaturen <25° C einzusetzen.



Tüte zu 100g
20 Tüten á 100g im Display

2.79 Euro
55.80 Euro

Einnahme
Sportarten

Vor, während und nach dem Sport
Alle Ausdauersportarten wie
Laufsport, Radsport, Triathlon,
Skilanglauf u.a.

Verpackung

Neues, voll recycelbares
Folienmaterial mit deutlich mehr
Inhalt als bisher.

PERFORMANCE SORTIMENT

DIE PERFORMANCE-RIEGEL

Riegel gibt es wie Sand am Meer und viele sind lecker. Ob sie sich aber für den Einsatz im Sport eignen und unter Belastung verträglich sind, ist eine ganz andere Frage!

Unsere Energy Bars werden sportwissenschaftlich fundiert zusammengestellt und im Profisport über Jahre getestet, um einen Platz im Sortiment zu bekommen. Alle Inhaltsstoffe sind unter Dauerbelastung gut verträglich, weich, nicht klebrig und lösen sich in der Mundhöhle fast von alleine. Langfristiger Koffeineffekt aufgrund von Lipidverkapselung (Cherry+Caffeine).

Haferflocken, Reiscrisps, Früchte und wiederum mehrstufige Kohlenhydratquellen machen unsere Riegel - mit oder ohne Koffein-Booster - zu vollwertigen und superleckeren Energiespendern, die Dich sofort überzeugen werden.

Wir empfehlen die Einnahme in etwas ruhigeren Phasen des Trainings/Wettkampfes und das Nachtrinken von 100-150ml Wasser.

Ideal auch als Nahrungslösung für Ultra-Running und besonders lange Ausdauerleistungen.



Varianten

Apfel
Kirsche/Koffein

Riegel á 50g
12 Riegel á 50g im Display

1.99 Euro
23.88 Euro

Verpackung

Kirsche: z.Zt. noch Verbundfolie
Apfel: recyclingfähige Folie

Einnahme
Sportarten

Vor, während und nach dem Sport
Alle Ausdauersportarten wie
Laufsport, Radsport, Triathlon,
Skilanglauf, Ultrasportarten.

RE CO VERY

PRODUKTE ZUR EFFEKTIVEN REGENERATION
UND STÄRKUNG NACH BELASTUNGEN

RE CO VERY

SORTIMENT

DIE VEGANEN AMINOSÄUREN

Nach dem Training ist vor dem Training! Die Bedeutung der richtigen Erholungseinleitung, möglichst sofort nach der Belastung, wird oft stark unterschätzt.

Man kann auch ein günstiges Eiweißpräparat nach dem Sport zu sich nehmen. Allerdings ist der Prozess der Verstoffwechselung dabei sehr zeitintensiv und zieht sich über mehrere Stunden hin. Zeit, die der Athlet nach einem Training nicht hat, will er seine Regeneration so schnell wie möglich in Gang bringen.

100% Pure Amino ist vegan und basiert auf dem Master Amino Pattern (MAP®). Es ist dem Funktionsprinzip der natürlichen Eiweißverwertung im Körper nachempfunden, die in einem ganz bestimmten Verhältnis die 8 essentiellen Aminosäuren kombiniert und nach der Einnahme zu 99% (!) verstoffwechselt. Im Gegensatz zu Präparaten, die nicht auf MAP® basieren, entsteht dabei nur 1% Stickstoffabfall. Dieser enorme Vorteil bedeutet eine deutliche Entlastung von Darm, Niere und Leber und eine sehr gute Verträglichkeit.

Ideal für: Ausdauersportarten mit hohem Eiweißbedarf zur Verhinderung von Muskelkrämpfen und Schmerzen sowie eine effektive Regeneration nach dem Sport.



Tablets 100g / 100 Stk.
Powder 200g

19.90 Euro
24.90 Euro

Einnahme
Sportarten

Vor und nach dem Sport
Ausdauer- und Kraftsportarten

Alles zum Produkt

[Squeezy.de/pureamino](https://squeezy.de/pureamino)

Verpackung

Umverpackung teilweise aus recyceltem Zellstoff. Der aus technischen und hygienischen Gründen notwendige Einsatz ist ein Bio-Kunststoff aus K-PET, basierend auf Bio-Zuckerrohr.

RECOVERY SORTIMENT

DIE 'AFTER SPORT LÖSUNG'

Mit unseren MAP®-Aminos bieten wir schon eine fantastische Recovery-Lösung an. Der Protein Energy Drink ergänzt diese mit Bausteinen zur Wiederauffüllung der Energiespeicher und zum Ausgleich von Mineralien, Vitaminen und Proteinen.

Es ist der Mix, der unsere Protein-Kohlenhydratmischung ausmacht. Das hervorragende Verhältnis zwischen Eiweiß und Kohlenhydraten, kombiniert mit wertvollen Vitaminen und Mineralien, bietet ein einfach mit Wasser oder Milch anzumischendes Recoverygetränk der Spitzenklasse.

Im Gegensatz zu so vielen anderen Produkten, die nur mit Milch schmecken, erhältst Du auch mit Wasser einen herrlich weichen und vollmundigen Schokogeschmack, der so gar nicht an ein Sportgetränk erinnert. Lecker!

Protein Energy Drink und 100% Pure Amino sind unser unschlagbares Doppel für die Einleitung einer perfekten Regeneration innerhalb der ersten 30 Minuten nach Ende der Belastungsphase (Open Window Effekt).



Getränkepulver 650g

19.90 Euro

Verpackung

Als Produkt der 'Squeezy goes Green'-Offensive besteht der neue Dosenkorpus aus nachhaltigem Bio-Zuckerrohr

Einnahme
Sportarten

Direkt nach dem Sport
Ausdauer- und Kraftsportarten

RE CO VERY

SORTIMENT

DER RECOVERY-RIEGEL

Reich an Proteinen, Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen, bietet der leckerer Recovery-Riegel in etwa die gleichen Werte wie 250ml unseres Recovery-Drinks.

Wer also lieber an einem Riegel knabbert als sich unseren Schoko-Drink schmecken zu lassen, bekommt hiermit eine tolle Alternative mit Vanillegeschmack und feinem Schokoüberzug.

Der Riegel ist frei von künstlichen Süß- und Farbstoffen und weist einen geringen Fettanteil auf. Der Eiweiß- und Kohlenhydratanteil ist hingegen hoch und macht den Riegel zu einem Kandidaten für die entscheidenden 30 Minuten nach der Belastung - Stichwort "Open Window Effekt".



Riegel á 50g
20 Riegel á 50g

2.39 Euro
28.68 Euro

Verpackung

Verbundfolie

Einnahme
Sportarten

Direkt nach dem Sport
Ausdauer- und Kraftsportarten

WEIG HT LOSS

PRODUKTE FÜR DAS GEWICHTSTUNING BEI
SPORTLERN

WEIGHT LOSS SORTIMENT

GEWICHTSTUNING

Squeezy Athletic ist ein Mahlzeiterersatz für eine gewichtskontrollierende Ernährung. Ideal für Sportler, die im Rahmen ihres Sports ihr Körpergewicht halten oder reduzieren wollen.

Der Grundsubstanz, dem Weizenvollkorn, wird in einem patentierten 2-fachen Fermentationsprozess die Stärke fast vollständig entzogen. Das Ergebnis: wertvolle Kohlenhydrate mit einem niedrigen glykämischen Index (<20) und hochwertige Proteine plus Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente.

Das Ersetzen einer der täglichen Mahlzeiten bei einer kalorienarmen Ernährung durch Athletic hilft, das Gewicht nach einer Gewichtsabnahme zu halten. Der Ersatz von zwei der täglichen Mahlzeiten in einer kalorienarmen Ernährung durch Athletic, trägt zur Gewichtsabnahme bei.

NEU Jetzt mit neuer Rezeptur (enthält Stevia als Süßungsmittel) und im neuen, wiederverschließbaren und recyclingfähigen Frischebeutel.



Varianten

Banane, Vanille, Schokolade

Dose á 550g

32.90 Euro

Verpackung

Wiederverschließbarer und recyclingfähiger Hygienebeutel in Kartongabe.

Einnahme
Sportarten

Als Mahlzeiterersatz
Ausdauer- und Kraftsportarten

Alles zum Produkt

[Squeezy.de/athletic](https://squeezy.de/athletic)

SPECIALS

SPEZIELLE PRODUKTE UND MERCHANDISING

SPECIALS

SORTIMENT

MINERALISCHE VERSORGUNG

Starke körperliche Belastungen, insbesondere im Sommer, führen zu hohem Schweißverlust und somit auch zum Verlust von Mineralien. Mit den Salt Tabs lässt sich gezielt gegensteuern.

Immer höhere Temperaturen und Sonneneinstrahlung erschweren Training und Wettkampf inzwischen auch in unseren Breitengraden massiv. Bei längeren Belastungen und starkem Schwitzen in Ausdauersportarten sind daher Situationen mit grenzwertigem Elektrolythaushalt keine Seltenheit mehr.

Eine gefährliche Situation, denn Leistungsverlust ist dabei das geringste Problem.

Unsere beschichteten Salztabletten sind klein und ganz einfach mit einem Schluck Wasser zu konsumieren, ohne dabei salzig zu schmecken. Natrium und Kalium sorgen, rechtzeitig eingenommen, für einen schnellen Ausgleich von drohenden Defiziten.

Geschmacksneutrale Ausführung, keine verzichtbaren Inhaltsstoffe, vegetarische Dragee-Ummantelung.



Zusatzinfo

Produkt kommt 2024 in aktuellem Design

50 Dragees

11.90 Euro

Einnahme

Beim Sport 2 Dragees/Std.
Maximal 10/Tag

Sportarten

Ausdauersport mit hohem Schweißverlust

Verpackung

Umverpackung teilweise aus recyceltem Zellstoff. Der aus technischen und hygienischen Gründen notwendige Einsatz ist ein Bio-Kunststoff aus K-PET, basierend auf Bio-Zuckerrohr.

SPECIALS

SORTIMENT

DIE BIO-FLASCHEN

Unsere ersten beiden Bio-Flaschen in 500 und 750ml vom Marktführer Tacx sind da.

Die "Red Edition" hat den Anfang gemacht und kommt mit rotem Balken auf schwarzem Grund. Passt zu vielen Bikes, aber die inneren Werte der beiden Flaschen überzeugen auch:

Hergestellt aus molekular veränderten Kunststoff mit 20% Recyclinganteil, der die gleichen Vorzüge wie normaler Kunststoff besitzt, aber biologisch abbaubar ist. Nach ihrem langen Leben auf Deinem Bike kann sich der Bio-Kunststoff zu Biogas und Biomasse transformieren und wird rückstandslos von der Natur aufgenommen. Uneingeschränkt recyclingfähig.

Beide Flaschen bieten seitlich eine Messskala, praktisch für das Mischen mit Getränkpulvern. Große Einfüllöffnung, dadurch leicht zu reinigen. Spülmaschinengeeignet.



500ml Flasche
750ml Flasche

3.90 Euro
3.50 Euro

KNO WLE DGE WISSEN

SQUEEZY IST DEIN PARTNER

Jedes Jahr, und das seit Jahrzehnten, ist unser CEO Roger Milenk bei diversen Sportveranstaltungen auf Tour und berät zu Ernährungsthemen. Denn die richtige Ernährung und Anwendung von Sportnahrung kann im Sport einen riesigen Unterschied machen. Einen Teil dieses Wissens geben wir aber auch in Publikationen und Infoseiten weiter.

Als Basis für ein solides Wissensfundament, kann Dir unser PDF "Grundlagen und Mythen der Sporternährung" dienen. Du findest das kostenlose PDF auf unserer Website unter "Wissen" oder klicke auf das Cover, um es herunterzuladen.



Fragen und Antworten zu Squeezy

Hier findest Du viele oft gestellte Fragen zu unseren Produkten und zur richtigen Anwendung. Die Seite wird ab 2023 aktualisiert. [\[LINK\]](#)

Die Wahrheit über Muskel- und Magenprobleme

Weit mehr als 50% aller Muskelkrämpfe, Magen- und Darmprobleme, Leistungseinbrüche und DNF wären mit einer einfachen Ernährungsstrategie vermeidbar gewesen.

Tappe nicht in die Falle, die Millionen vor Dir schon zum Verhängnis geworden ist. Mach es gleich richtig. [In diesem Video erklären wir Dir, wie es funktioniert.](#)

Ist Sporternährung eigentlich Doping?

Diese Frage brennt vielen auf den Nägeln. Kein Produkt unseres Sortiments ist in irgendeinem Sport als Dopingmittel geächtet und verboten. Du kannst sie ganz beruhigt in Training und Wettkampf einsetzen.

Übrigens: Alle Squeezy-Gels, Getränke, Riegel und die Fruit-Gums sind bei uns derart unbedenklich, dass sie nach dem Lebensmittelrecht als 'Produkte des alltäglichen Verzehrs' klassifiziert sind und nicht als Nahrungsergänzung! Damit vergleichbar mit einem Müsli oder Knäckebrötchen!

Ich habe noch Fragen, wem stelle ich sie?

Na uns! Keine Angst, wir beißen nicht. Nutze unsere Facebook-Seite und schicke uns dort über den Messenger Deine Frage. Oder rufe uns an oder schicke eine klassische Mail. Die Kontaktdaten findest Du auf dem Backcover dieses Brandbooks.

DAS SQUEEZY BRANDBOOK

Dieses Brandbook unterliegt dem Copyright der
ACS Vertrieb GmbH / Squeezy Sports Nutrition.

Die Vervielfältigung oder Publizierung von
Inhalten ist nur nach vorheriger Genehmigung
gestattet.

Squeezy Sports Nutrition

Böttgerstraße 2
38122 Braunschweig
Deutschland

Kontakt

Telefon +49 (0) 531 87 609 0

Mail info@squeezy.de

Facebook

[SqueezyNutrition](https://www.facebook.com/SqueezyNutrition)

Instagram

[SqueezyNutrition](https://www.instagram.com/SqueezyNutrition)

BRANDBOOK BY



Stand: Januar 2024 Version 1.0.7

