



## **Frische Energie für den Kopf**

Bitburger 0,0%: auch bei mentalen Herausforderungen  
ein passender Durstlöscher

---

Ausdauersportler setzen schon länger auf alkoholfreies Bier. So auch die Triathlon-Nationalmannschaft, die neben einer ausgewogenen und abwechslungsreichen Ernährung sowie gesunden Lebensweise bereits seit 2014 mit Bitburger 0,0% trainiert und vor allem regeneriert. Doch auch der Kopf braucht Erfrischung, egal ob nach einer fordernden Trainingseinheit, einem Besprechungs-Marathon oder während der Klausurphase.

### **Für einen frischen Kopf**

Auch das Gehirn verbraucht Energie. Daher ist es bei mentalen Herausforderungen sinnvoll, es mit wichtigen Vitaminen und Nährstoffen zu versorgen. Dafür kann Bitburger 0,0% ein passender Durstlöscher sein, denn dank der isotonischen Wirkung werden die enthaltenen Inhaltsstoffe wie die Vitamine B6 und B12 schnell vom Körper aufgenommen. Während B6 zu einer normalen psychischen Funktion beiträgt, ist B12 dazu geeignet, Müdigkeit und Ermüdungserscheinungen zu verringern.

Das Deutsche Institut für Sporternährung (DISE) bestätigt, dass Bitburger 0,0% dazu beitragen kann, die mentale Leistung aufrecht zu erhalten. „Es stabilisiert den Flüssigkeitshaushalt und liefert wichtige Kohlenhydrate, die das Gehirn mit Energie versorgen“, so Günter Wagner, Ernährungswissenschaftler am DISE. Mit 0,0 Prozent Alkohol, Isotonie und seinen Vitaminen sei Bitburger 0,0% damit nicht nur nach dem Sport ein geeignetes Erfrischungsgetränk, sondern auch während Besprechungen oder in der Mittagspause.