



~~~~~  
**MAGNESIUM**  
DAS SCHLÜSSELMINERAL  
FÜR UNSEREN KÖRPER  
~~~~~

**KÖRPERFLUID**

# Magnesium Fluid mit Alpenwasser

## Anwendung

Zur äußerlichen Anwendung von Magnesium. Magnesium Fluid mit Alpenwasser ist besonders geeignet zur sportlichen Fitnessmassage nach körperlicher Belastung. 200 ml reichen für ca. 1.200 Sprühübungen. Magnesium Fluid enthält ca. 25 % Magnesiumchlorid.

## Dosierempfehlung

2 x täglich auf Ober- und Unterarme sowie Ober- und Unterschenkel sprühen oder bei Bedarf 10 Sprühübungen Magnesium Fluid mit Alpenwasser großflächig auf die Haut sprühen und leicht einmassieren. Falls es anfänglich zu Juckreiz oder Rötungen kommt, zur Linderung die Haut mit Wasser anfeuchten und einmassieren.

## Verwendung nach dem Sport

Umgehend nach dem Sport das Fluid auf die beanspruchten Muskeln auftragen und einmassieren, ca. 10–15 Minuten einwirken lassen und anschließend abduschen. Durch sportliche Aktivitäten oder beim Saunieren sind die Poren und Schweißdrüsen der Haut weit geöffnet und deshalb besonders geeignet für diese Art der Anwendung.

~~~~~  
**MAGNESIUM**  
DAS SCHLÜSSELMINERAL  
FÜR UNSEREN KÖRPER  
~~~~~

[www.mg-life.de](http://www.mg-life.de)