

## BCAA TEST

In unserem BCAA Test haben wir drei Produkte in Pulverform und drei in Kapselform miteinander verglichen. In den beiden Tabellen mit dem Produktvergleich sind die Testkriterien fett markiert. Den Punkteschlüssel findest du in einer dritten Tabelle. Gesamtsieger des Tests ist das BCAA PULVER von nu3!



Kategorie	nu3 BCAA Pulver	Pkt.	ESN Nitro BCAA Powder	Pkt.	Myprotein Essentielle BCAA 2:1:1	Pkt.
Darreichungsform	Pulver		Pulver		Pulver	
Geschmack	Zitrone		Zitrone-Eistee		Erdbeere-Limette	
Anzahl Geschmacksrichtungen	7		20		15	
Packungsgrösse	400 g		500 g		500 g	
Preis pro Packung	CHF 27.95		CHF 39.95		CHF 38.90	
<b>Preis pro Kilo</b>	<b>CHF 69.88</b>	10	<b>CHF 79.90</b>	10	<b>CHF 77.80</b>	10
Anzahl Kapseln pro Packung	-		-		-	
BCAA in Gramm pro Kapsel	-		-		-	
Portionsgrösse	12 g		13 g		5 g	
BCAA pro Portion	9,8 g		10 g		4 g	
Maximale Rationen pro Tag	1		1		4	
BCAA pro Tag bei maximalen Tagesrationen	9,8 g		10 g		16 g	
Ergiebigkeit bei maximalen Tagesrationen	33 Tage		38 Tage		25 Tage	
<b>Preis pro Gramm BCAA</b>	<b>CHF 0.09</b>	7	<b>CHF 0.10</b>	7	<b>CHF 0.10</b>	7
<b>Herstellungsland</b>	<b>Deutschland</b>	3	<b>Deutschland</b>	3	<b>Vereinigtes Königreich</b>	2
<b>Gute Transparenz bzgl. Inhaltsstoffe auf Website</b>	✓	1	✓	1	✗	0
<b>Vegan</b>	✓	1	✓	1	✗	0
Gelatine	Keine		Keine		Keine	
<b>Allergene</b>	<b>Sojalecithin</b>	0	<b>Gerstenmalz</b>	0	<b>Keine</b>	1
<b>Farbstoffe</b>	<b>0</b>	2	<b>1</b>	1	<b>1</b>	1
<b>Vitamin B6 enthalten</b>	<b>✗</b>	0	<b>✗</b>	0	<b>✗</b>	0
Vitamin B6 Dosierung & NRV pro Portion	-		-		-	
<b>Vitamin B6 Überdosierung</b>	-		-		-	
<b>Weitere nützliche Zusätze</b>	<b>✗</b>	0	<b>✗</b>	0	<b>✗</b>	0
<b>Gesamtpunktzahl</b>		<b>24</b>		<b>23</b>		<b>21</b>

# BCAA TEST



Kategorie	Optimum Nutrition BCAA 1000 Caps	Pkt.	Multipower BCAA+	Pkt.	Weider BCAA + L-Glutamine	Pkt.
Darreichungsform	Kapseln		Kapseln		Kapseln	
Geschmack	-		-		-	
Anzahl Geschmacksrichtungen	-		-		-	
Packungsgrösse	276 g		120 g		256 g	
Preis pro Packung	CHF 49.90		CHF 40.90		CHF 61.90	
<b>Preis pro Kilo</b>	<b>CHF 180.80</b>	<b>2</b>	<b>CHF 340.83</b>	<b>0</b>	<b>CHF 241.80</b>	<b>0</b>
Anzahl Kapseln / Packung	400		102		180	
BCAA in Gramm pro Kapsel	0,5		0,7		0,6	
Portionsgrösse	2 Kapseln		6 Kapseln		6 Kapseln	
BCAA pro Portion	1 g		4,2 g		3,6 g	
Maximale Rationen pro Tag	1		1		1	
BCAA pro Tag bei maximalen Tagesrationen	1 g		4,2 g		3,6 g	
Ergiebigkeit bei maximalen Tagesrationen	200 Tage		17 Tage		30 Tage	
<b>Preis pro Gramm BCAA</b>	<b>CHF 0.25</b>	<b>6</b>	<b>CHF 0.57</b>	<b>2</b>	<b>CHF 0.57</b>	<b>2</b>
<b>Herstellungsland</b>	<b>USA</b>	<b>1</b>	<b>Deutschland</b>	<b>3</b>	<b>Deutschland</b>	<b>3</b>
<b>Gute Transparenz bzgl. Inhaltsstoffe auf Website</b>	<b>X</b>	<b>0</b>	<b>✓</b>	<b>1</b>	<b>✓</b>	<b>1</b>
<b>Vegan</b>	<b>X</b>	<b>0</b>	<b>X</b>	<b>0</b>	<b>X</b>	<b>0</b>
Gelatine	Ja		Ja		Ja	
<b>Allergene</b>	<b>Keine</b>	<b>1</b>	<b>Keine</b>	<b>1</b>	<b>Keine</b>	<b>1</b>
<b>Farbstoffe</b>	<b>0</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>2</b>	<b>0</b>
<b>Vitamin B6 enthalten</b>	<b>X</b>	<b>0</b>	<b>✓</b>	<b>1</b>	<b>X</b>	<b>0</b>
Vitamin B6 Dosierung & NRV pro Portion	-		1,4 mg & 100 %		-	
<b>Vitamin B6 Überdosierung</b>	<b>-</b>	<b></b>	<b>Nein</b>	<b>0</b>	<b>-</b>	<b></b>
<b>Weitere nützliche Zusätze</b>	<b>X</b>	<b>0</b>	<b>Alanin</b>	<b>1</b>	<b>Glutamin</b>	<b>1</b>
<b>Gesamtpunktzahl</b>		<b>12</b>		<b>9</b>		<b>8</b>

NRV (Nutrient Reference Values) = Empfohlene tägliche Nährstoffzufuhr

### DER TESTSIEGER: nu3 BCAA POWDER LEMON



JETZT ONLINE BESTELLEN

- **Günstig:** nur CHF 27.95 pro Packung
- **Viele BCAA:** 9,8 g pro Portion
- **Optimales Verhältnis:** 2:1:1
- **Vegan**
- **Zuckerarm**
- **Aspartamfrei**
- **Qualität aus Deutschland**

# BCAA TEST



## LEGENDE ZU UNSEREM PUNKTEBEWERTUNGSVERFAHREN:

Bewertungskriterium		Pkt.
<b>Preis pro Kilo in CHF</b>	< 100	10
	100 - 110	9
	111 - 120	8
	121 - 130	7
	131 - 140	6
	141 - 150	5
	151 - 160	4
	161 - 170	3
	171 - 180	2
	181 - 190	1
> 190	0	
<b>Preis pro Gramm BCAA in CHF</b>	< 0.05	8
	0.06 - 0.15	7
	0.16 - 0.25	6
	0.26 - 0.35	5
	0.36 - 0.45	4
	0.46 - 0.55	3
	0.56 - 0.65	2
	0.66 - 0.75	1
> 0.75	0	

Bewertungskriterium		Pkt.
<b>Herstellungsland</b>	Deutschland	3
	EU	2
	Ausserhalb EU	1
<b>Gute Transparenz bzgl. Inhaltsstoffe auf Webseite</b>	Ja	1
	Nein	0
<b>Vegan</b>	Ja	1
	Nein	0
<b>Allergene enthalten</b>	Ja	0
	Nein	1
<b>Farbstoffe</b>	0	2
	1	1
	> 1	0
<b>Vitamin B6 enthalten</b>	Ja	1
	Nein	0
<b>Vitamin B6 überdosiert</b>	Ja	-1
	Nein	0
<b>Weitere nützliche Zusätze</b>	> 2	3
	2	2
	1	1
	0	0

**Maximalpunktzahl 30**

Für unseren BCAA Test haben wir ein eigenes Bewertungssystem entwickelt, das die wichtigsten Werte von BCAA Produkten in den Fokus rückt. Maximal konnten 30 Punkte erreicht werden, was aber keinem Produkt gelungen ist. Wenn Produkte Vitamin B6 enthalten, haben wir geprüft, ob dieses überdosiert wurde, sprich die Empfehlungen für die tägliche Aufnahme überschreitet. In diesem Fall würden wir den Punkt für das zu viel enthaltene Vitamin B6 wieder abziehen.

Disclaimer: Dieser von nu3 durchgeführte Produkt-Vergleich bildet eine Auswahl ab und beansprucht in seiner Aussagefähigkeit keine Allgemeingültigkeit für alle BCAA Produkte auf dem deutschsprachigen Markt. Die Preise bilden eine Momentaufnahme ab und können zu einem späteren Zeitpunkt anders ausfallen.

Stand: 27.08.2019