

RECOMMENDED USE / USAGE RECOMMANDÉ

HMB and Creatine enhance strength and muscle mass when combined with resistance training. HMB assists in reducing muscle damage after strenuous exercise, to support muscle recovery.

La HMB et la créatine augmentent la force et la masse musculaire. Lorsque combinés avec de l'entraînement de résistance, HMB aide à la réduction des dommages musculaires causés par les exercices intenses ainsi qu'à la récupération musculaire.

CAUTIONS AND WARNINGS

Keep out of reach of children. This product is not intended for children, pregnant or breastfeeding women. People with known medical problems should consult a health practitioner prior to using this product, as they should with all dietary supplements. Please also consult a health practitioner prior to use if you have a kidney disorder, or if you are taking medications or NHPs for high blood pressure or high blood cholesterol. This product may result in weight gain.

AVERTISSEMENT

Gardez hors de la portée des enfants. Ce produit n'est pas fait pour les enfants, les femmes enceintes ou qui allaitent. Les individus avec des conditions médicales devraient consulter un médecin avant de faire l'usage de ce produit, ainsi que tout autres suppléments alimentaires. Consultez aussi votre médecin avant l'utilisation de ce produit si vous avez des complications au foie, ou si vous prenez des médicaments, ou des médicaments pour la tension artérielle ou pour un taux de cholestérol élevé. Ce produit peut entraîner un gain de poids.



Nutritional uses of Calcium- β -Hydroxy- β -Methylbutyrate (HMB) are licensed to Blonyx Biosciences, Inc. under U.S. Patent #5,348,979 and #6,103,764 as well as all corresponding international patents.

**Net Wt 8.5 oz
(240 g)**

Blonyx

HMB+
Creatine

**Dietary
Supplement**
NPN#80039957

RECOMMENDED DOSE

Adults: To benefit from taking HMB and Creatine you require 3g of HMB and 5g of Creatine a day. To achieve this take one scoop (4g) twice a day with food. Take separately from products containing high doses of caffeine and at least a few hours before or after taking medication. For both a Creatine Loading phase and maintenance phase: Take 2 scoops daily for a minimum of 4 weeks.

DOSE RECOMMANDÉE:

Adultes: pour bénéficier pleinement de la HMB et de la créatine, il est recommandé de prendre 3 grammes de HMB et 5 grammes de créatine par jour. Afin d'atteindre ces quantités, prenez une dose (4 grammes) deux fois par jour avec les repas. Il est important de consommer ces doses séparément des produits riches en caféine et au moins quelques heures avant ou après la prise de médicaments. Pour la phase de charge et maintenance, prenez 2 doses par jour pour un minimum de 4 semaines.

Duration of use: To benefit from taking this product, it must be used continuously for a minimum of 3-4 weeks. / **Durée de l'utilisation:** Pour bénéficier pleinement de ce produit, il doit être utilisé de façon continue pour un minimum de trois à quatre semaines.

Medicinal Ingredients (per dose unit) Ingrédients Médicinaux (par unité de dose)

CaHMB (Calcium- β -Hydroxy- β -Methylbutyrate) CaHMB (Calcium- β -Hydroxy- β -Méthylbutyrate)	1.5 g
Creatine Monohydrate Monohydrate de Créatine	2.5 g

Importer: Blonyx Biosciences Inc. 170-422 Richards St, Vancouver, BC, V6B 2Z4, CANADA. +1 (855) 5BLONYX, www.blonyx.com, sales@blonyx.com