

PRODUCT INFORMATION 120 capsules per bottle, 2 capsules typically provide: **DE** 120 Kaps pro Flasche, 2 Kaps enthalten normalerweise: **IT** 120 caps per flacone, 2 caps in generale fornisco: **FR** 120 caps par flacon, 2 caps fournissent généralement: **ES** 120 caps. por frasco, 2 unid. que generalmente aportan:

Per daily dose (2 capsules)		%NRV*
Elemental magnesium (as magnesium citrate, magnesium taurate, magnesium bisglycinate, magnesium malate, magnesium oxide)	244mg	64%

*Nutrient Reference Value

DIRECTIONS Children from age 12 take 1 capsule daily and adults take 2 capsules daily, or as directed by a healthcare professional. Do not exceed the recommended daily intake.

INGREDIENTS Magnesium citrate, magnesium taurate, magnesium bisglycinate, magnesium malate, magnesium oxide, rice flour* anti-caking agent (magnesium salts of fatty acids**). Capsule shell: HPMC (hydroxypropyl methylcellulose).

*Certified organic. **plant source.

CAUTION If you are pregnant, breastfeeding, taking medication or have a medical condition, consult a doctor before use. Food supplements are not a substitute for a varied diet and healthy lifestyle.

STORE In a cool dry place away from direct sunlight. Use within 6 months from opening. Keep out of sight and reach of children.

SEE BASE Best Before End/Batch Code



RESPONSIBLY MADE FOR A HAPPY PLANET



DE Gebrauchsanweisung Kinder ab 12 Jahren nehmen 1 Kap, Erwachsene täglich 2 Kaps mit dem Essen oder nach Anweisung eines Arztes ein. Die empfohlene Tagesdosis nicht überschreiten. **Zutaten** Magnesiumcitrat, Magnesium- taurat, Magnesiumbisglycinat, Magnesiummalat, Magnesiumoxid, Reismehl*, Trennmittel (Magnesiumsalze von Speisefettsäuren**). Kapselhülle: Hydroxypropylmethylcellulose. **Vorsicht** Wenn Sie schwanger sind, stillen, Medikamente einnehmen oder an einer Krankheit leiden, konsultieren Sie vor der Einnahme einen Arzt. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise.

FR Mode d'emploi Enfants à partir de 12 ans prennent 1 cap par jour et adultes prendre 2 caps par jour, avec de la nourriture ou comme indiqué par un professionnel de la santé. Ne pas dépasser la dose journalière recommandée. **Ingredients** Citrate de magnésium, taurate de magnésium, bisglycinate de magnésium, malate de magnésium, oxyde de magnésium, farine de riz*, anti- agglomérant (sels de magnésium d'acides gras**). Enveloppe de la gélule: Hydroxypropylméthylcellulose. **Attention** Si vous êtes enceinte, si vous allaitez, si vous prenez des médicaments ou si vous avez un problème de santé, consultez un médecin avant d'utiliser ce produit. Les compléments alimentaires ne remplacent pas une alimentation variée et équilibrée et un mode de vie sain.

IT Istruzioni per l'uso I bambini a partire da 12 anni prendono 1 caps, gli adulti prendono 2 caps al giorno, con il cibo o come indicato da un operatore sanitario. Non superare la dose giornaliera raccomandata. **Ingredienti** Magnesio citrato, magnesio taurato, magnesio bisglicinato, magnesio malato, ossido di magnesio, farina di riso*, antiagglomerante (sali di magnesio degli acidi grassi**). Involucro della capsula: Idrossipropilmetilcellulosa. **Attenzione** In caso di gravidanza, allattamento, assunzione di farmaci o condizioni mediche, consultare un medico prima dell'uso. Gli integratori alimentari non sostituiscono una dieta varia ed equilibrata e uno stile di vita sano.

ES Instrucciones Niños a partir de 12 años toman 1 cáp al día y adultos 2 cáps. al día, con comida o según indicación de un profesional de la salud. No superar la dosis diaria recomendada. **Ingredientes** Citrato de magnesio, taurato de magnesio, bisglicinato de magnesio, malato de magnesio, óxido de magnesio, harina de arroz*, antiaglomerante (sales magnésicas de ácidos grasos**). Cubierta de la cápsula: Hidroxipropilmetilcelulosa. **Atención** Si está embarazada, amamantando, tomando medicamentos o tiene una condición médica, consulte a un médico antes de usar. Los complementos alimenticios no sustituyen una dieta variada y equilibrada y un estilo de vida saludable.