

Für die Knochengesundheit und das Training der Muskeln spielt aber auch regelmäßige Bewegung eine wichtige Rolle, möglichst an der frischen Luft, um gleichzeitig die körpereigene Vitamin D-Produktion durch das Sonnenlicht anzuregen:

- Machen Sie kleine Ausflüge mit dem Fahrrad.
- Gehen Sie spazieren, so oft es geht.
- Machen Sie leichte Gymnastik.



### Die vier Mikronährstoffe

Die enthaltenen Mikronährstoffe tragen zu einer normalen Funktion wichtiger Systeme und Stoffwechselfvorgänge unseres Körpers bei. Dazu gehören zum Beispiel:

- **Vitamin D** - Knochen und Zähne  
- Muskelfunktion  
- Aufnahme und Verwertung von Calcium
- **Vitamin K** - Knochen
- **Calcium** - Knochen und Zähne  
- Muskelfunktion  
- Energiestoffwechsel
- **Magnesium** - Knochen und Zähne  
- Muskelfunktion  
- Energiestoffwechsel

### Verzehrempfehlung

Erwachsene und Jugendliche ab 15 Jahren schlucken 2 Kapseln täglich mit ausreichend Flüssigkeit zu einer Mahlzeit.

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise.

Während der Einnahme von Blutgerinnungshemmern sollte der Verzehr nur in Absprache mit einem Arzt erfolgen.

### Zutaten

(pro Tagesdosis von 2 Kapseln)

Vitamin D3	25 µg (1000 IE)
Vitamin K2 (Menachinon MK-7)	60 µg
Calcium	250 mg
Magnesium	125 mg

Die vollständige Liste der Zutaten finden Sie auf dem Umkarton.

Vegetarisch, laktose- und glutenfrei.

### Alles Gute für Ihre Gesundheit wünscht Ihnen Ihr Hevert-Team!

Weitere Tipps rund um Vitamin D3 K2 Hevert plus Calcium und Magnesium 1000 IE finden Sie im Internet unter

[www.vitamind3k2-1000ie.hevert.de](http://www.vitamind3k2-1000ie.hevert.de)

Hevert-Arzneimittel GmbH & Co. KG  
In der Weiherrwiese 1  
55569 Nussbaum / GERMANY  
[www.hevert.de](http://www.hevert.de)  
[info@hevert.de](mailto:info@hevert.de)



Stand der Information: März 2021

## WEITERE HEVERT-PRÄPARATE FÜR IHRE GESUNDHEIT



### VITAMIN K2 HEVERT 100 µg

Trägt zum Erhalt normaler Knochen und einer normalen Blutgerinnung bei für

- Menschen ab dem mittleren Lebensalter
- Frauen in und nach den Wechseljahren
- Personen mit Risiken für die Knochengesundheit und -stabilität



60 Kapseln  
PZN 12870284



### VITAMIN D3 HEVERT 4000 IE

Das Power-Vitamin

Für Menschen

- die wenig mit Sonnenlicht in Kontakt kommen
- mit erhöhter Infektanfälligkeit
- in höherem Lebensalter (verringerte körpereigene Bildung von Vitamin D)



30 Tabletten  
PZN 11088245  
60 Tabletten  
PZN 11295458  
90 Tabletten  
PZN 11295470



### CALM NIGHT HEVERT MELATONIN SPRAY

Einfach schneller einschlafen

Für Menschen

- mit gestörtem Schlaf-Wach-Rhythmus (z.B. bei Arbeit im Schichtdienst, Vielreisende)
- mit abnehmender Melatonin-Bildung im Alter
- mit Neigung zu Jetlag



30 ml  
PZN 16760859

Besuchen Sie uns unter  
[www.hevert.de](http://www.hevert.de)



Liebe Anwender von

# VITAMIN D3 K2 HEVERT PLUS CALCIUM UND MAGNESIUM 1000 IE

## Nahrungsergänzungsmittel

Sie haben ein Präparat gewählt, welches die Vitamine D3 und K2 sowie die Mineralstoffe Calcium und Magnesium in ideal abgestimmter Kombination enthält. Alle Bestandteile tragen zur Erhaltung normaler Knochen bei. Vitamin D3, Calcium und Magnesium tragen außerdem zur Erhaltung einer normalen Muskelfunktion bei.

### Der Bewegungsapparat – Knochen und Muskeln brauchen Nährstoffe



Das Zusammenspiel von Knochen, Muskeln, Sehnen und Gelenken macht Bewegung erst möglich. Um nur einen Schritt zu gehen, benötigen wir mehr als die Hälfte unserer ca. 650

Muskeln und 200 Knochen. Unser Bewegungsapparat funktioniert trotz seiner Komplexität erstaunlich gut und beinahe automatisch. Erst wenn wir durch Unfall, Krankheit oder Alter in unserer Bewegung eingeschränkt sind, wird uns bewusst, was unser Körper eigentlich leistet.

Damit in diesem System keine Störungen auftreten, benötigt der Körper verschiedene Mikronährstoffe in ausreichender Menge. Die Mineralstoffe Calcium und Magnesium spielen dabei eine besonders wichtige Rolle. Beide Elemente werden als Salze im Knochen eingelagert und geben ihm Festigkeit und Stabilität. Bei Bedarf können sie auch wieder zurück in den Blutkreislauf gelangen, um dort andere Aufgaben zu übernehmen. Zum Beispiel werden Magnesium und Calcium im Energiestoffwechsel gebraucht, der den „Treibstoff“ für die Arbeit der Muskeln bereitstellt.

Auch bestimmte Vitamine sind für ein gesundes Skelettsystem unverzichtbar. Vitamin D fördert die Aufnahme von Calcium aus dem Darm und sorgt dafür, dass es als Calciumphosphat in die Knochen eingebaut wird. Es unterstützt außerdem die normale Leistungsfähigkeit der Muskulatur und trägt zur Regeneration der Muskeln nach Belastung bei. An der Knochenbildung und dem Knochenstoffwechsel ist auch Vitamin K wesentlich beteiligt. Es aktiviert Osteocalcin, einen aus

Aminosäuren aufgebauten Bestandteil des Knochengewebes, der für die Regulierung des Calciumgehaltes verantwortlich ist.

### Für wen der Verzehr dieses Nahrungsergänzungsmittels besonders ratsam ist

Die Bestandteile von Vitamin D3 K2 Hevert plus Calcium und Magnesium 1000 IE wurden auf Basis wissenschaftlicher Erkenntnisse zusammengestellt, um den Erhalt gesunder Knochen und Muskeln zu unterstützen. Die in der innovativen Kombination enthaltenen Mikronährstoffe ergänzen sich sinnvoll in ihrer Funktion. Besonders ratsam ist die Einnahme für Menschen, bei denen Risiken für Störungen im Knochenstoffwechsel und für eine normale Muskelfunktion bestehen können. Dazu gehören zum Beispiel:

- Frauen und Männer im mittleren und höheren Lebensalter
- Frauen in und nach den Wechseljahren
- Menschen mit Bewegungsmangel oder eingeschränkter Beweglichkeit
- Menschen, die wenig mit Sonnenlicht in Kontakt kommen



### Was trägt zum Erhalt gesunder Knochen und Muskeln bei

Mit der Einnahme von Vitamin D3 K2 Hevert plus Calcium und Magnesium 1000 IE unterstützen Sie die tägliche Versorgung mit notwendigen Nährstoffen für Muskeln und Skelettsystem.

Fortsetzung nächste Seite



Für jede verkaufte Packung spendet Hevert 1 Cent an die „Kéré Foundation e.V.“, die Bildungs- und Entwicklungsprojekte in Burkina Faso unterstützt. [www.kere-foundation.com](http://www.kere-foundation.com)



Hevert nutzt zu 100 % Strom aus erneuerbaren Energiequellen



**HEVERT**  
ARZNEIMITTEL