

# VITAMIN B KOMPLEX SUPPLEMENTE VERGLEICH



Firma	Lebenskraftpur	Nature Love	Feel natural	Ratiopharm	Immun 44	MyProtein	Biogena	pure B-Komplex plus
Preis/Euro	39,9	22,99	16,99	24,5	22,4	22,99	32,9	60
Stückanzahl	60	180	180	120	60	180	60	120
Kapseln/Tag	1	1	1	1	3	1	1	1
Kapselpreis	0,66 Euro	0,13 Euro	0,09 Euro	0,20 Euro	0,38 Euro	0,13 Euro	0,54 Euro	0,5 Euro
B1 (Thiamin)	100mg	40mg	38mg	15mg	4,2 mg	91mg	40mg	100mg
B2 (Riboflavin)	15mg	15mg	15mg	15mg	4,8mg	50mg	40mg	15mg
B3 (Niacin)	110mg	110mg	105mg	15mg	24mg	50mg	50mg	100mg
B5 (Pantothensäure)	100mg	100mg	95mg	25mg	18mg	69mg	60mg	100 mg
B6 (Pyridoxin)	20mg	20mg	18mg	10mg	6mg	41mg	20mg	20mg
B7 (Biotin)	400mcg	400 mcg	400 mcg	150g	446 mcg	k.A.	500mcg	400mcg
B9 (Folat)	400mcg	400 mcg	400 mcg	450mcg	600 mcg	50 mcg	600mcg	400mcg
B12 (Cobalamin)	400mcg	500 mcg	500 mcg	10mcg	3 mcg	k.A.	100mcg	400mcg

optimale Bioverfügbarkeit!

von mir bevorzugt und empfohlen !

Allgemeine Tagesdosierung  
bis hin zur  
ernährungsmedizinischen Dosis

Thiamin	1 - 200mg
Riboflavin	1 - 100mg
Niacin	15 - 6000 mg
Pantothensäure	50 - 1000mg
Pyridoxin	1 - 200mg
Biotin	30 - 60 mcg
Folat	100 - 2000 mcg
Cobalamin	3 - 1000 mcg

[www.fitnessstina.at](http://www.fitnessstina.at)