

16. May 2012

Gefällt mir

- [Home](#)
- [Supplements](#)
  - [Supplements](#)
  - [Erfahrungsberichte](#)
  - [Supplement Pläne](#)
- [Kampfsport](#)
- [Abnehmen](#)

suchen..

1234567891011121314

[Home](#) [Supplements](#) Vasodilator von Peak Test & Erfahrung

12

Mai

## Vasodilator von Peak Test & Erfahrung

Written by [Holger Gugg](#). Posted in [Supplements](#)

Liebe Leserinnen und Leser von [www.supplement-ratgeber.de](http://www.supplement-ratgeber.de),

mit der letztjährigen Einführung von Vasodilator hat PEAK auf eigene Weise den Versuch unternommen, etwas Neuartiges mit etwas Altbewährtem zu kombinieren. Bei dem Begriff „Vasodilator“ denkt jeder sofort an den Begriff „Vasodilatation“ oder „Vasodilation“, beides gleichbedeutend für ein weiten der Blutgefäße und gleichbedeutend für eine Erhöhung der Durchblutung. Besonders Arginin bestimmt in diesem Zusammenhang seit einigen Jahren den Supplement-Markt.

Als ich das erste Mal von Vasodilator erfuhr und die ersten beiden Dosen in der Hand hielt, drehte ich eine der Packungen sofort um. Was ich sah war viel mehr als nur ein mit Arginin und diversen Makronährstoffen gespicktes Pre-Workout-Supplement.

Meine Eindrücke von und Erlebnisse mit Vasodilator möchte ich Ihnen liebe Leserinnen und Leser heute etwas näher bringen und damit hoffentlich eine kleine Hilfestellung für eine evtl. Kaufentscheidung geben.

Viel Spaß bei meinen Ausführungen!!

### Produktbeschreibung des Herstellers

Vasodilatoren, abgeleitet aus dem lateinischen "vas" („Gefäß“) und "dilatio" („Erweiterung“), sind Substrate zur Erweiterung der Blutgefäße.

Vasodilator von Peak International vereinigt die potentesten Vasodilatoren und Nitric-Oxide Präkursoren, welche in Extremdosierung enthalten sind, zu einem Hardcore Supplement, das wie eine Luftpumpe Deine Adern und Venen aufbläst und Dich auf ein unvergesslich intensives Training vorbereitet. Vasodilator entfacht bereits beim Aufwärmen einen hochanabolen Muskelpump bis an die Schmerzgrenze, kochend heißes Blut, extreme Power, atemberaubend langanhaltende Energie und das bei einem sägeblattscharfen mentalen Fokus, der alles um Dich herum vergessen lässt. Vasodilator ist koffein- und creatinfrei sowie kohlenhydratarm – die unmenschliche Energie und Power im Training kommt ausschließlich von den vaso-anabolen Aminosäuren sowie Co-Vasodilatoren.

#### Insgesamt

##### Bewertung des Autors

[Geschmack](#)[Preis](#)[Löslichkeit](#)[Wirkung](#)**Durchschnittlich**

##### User Bewertung

[Geschmack](#)[Preis](#)[Löslichkeit](#)[Wirkung](#)**Durchschnittlich**

## Was ist drin?



Vasodilator besteht aus 4 hauptsächlichen Wirkstoffgruppen die PEAK selbst wie folgt benannt hat.

### Vaso-X-Pander

Darunter fallen hauptsächlich die bekannten Substanzen Arginin und Citrullin. Sie fördern unter anderem die Synthese von NO (Nitric-Oxid). NO wirkt unmittelbar gefäßerweiternd und somit durchblutungsfördernd. Daneben sind auch bisher weniger bekannte Substanzen wie z.B. L-Norvaline in Vasodilator enthalten.

### Carno-Vaso-Dictators

Diese Substanzgruppe beinhaltet Beta-Alanin, Carnosin und L-Histidin-Hydrochlorid. Diese Inhaltsstoffe wirken unter anderem ermüdungsverzögernd und ermöglichen eine bessere Leistungsausbeute im Training.

### VASObolics

Unter dem Begriff „VASObolics“ verstecken sich die essentiellen Aminosäuren Isoleucin, Leucin und Valin ([BCAA](#)) sowie Glutamin. Sie dienen unter anderem der Stimulierung der Muskelproteinsynthese, dem Muskelschutz und der Förderung der Muskelregeneration.

### Synergistic VASO-booster & performance amplifier

Diese Substanzen wurden beigefügt, um gewisse Synergieeffekte mit bereits genannten Substanzen zu erbringen und die Komposition des „perfekten“ Pre-WO-Supplements noch zu verfeinern.

Neben diesen 4 Wirkstoffgruppen sind Vasodilator noch spezifische Vitamine und Mineralstoffe zugesetzt. Sie leisten Ihren Beitrag als Enzymmodulatoren oder zur Unterstützung der muskulären Versorgung mit kontraktionsrelevanten Substanzen während des Trainings.

### Fazit

[Vasodilator](#) besteht aus einer Vielzahl an Substanzen zur Steigerung der Leistungsfähigkeit sowohl im Maximalkraft- als auch im Kraftausdauerbereich ohne dabei jedoch [Kohlenhydrate](#), [Creatin](#) oder [Coffein](#) zum Einsatz zu bringen

## Eigenschaften



Vasodilator wird in Pulverform angeboten. Der Vorteil dieser Darreichungsform ist der, dass eine schnellere Verfügbarkeit im Gegensatz zu einer Einnahme über Tabletten ermöglicht wird. Das Pulver weist eine gute Löslichkeit auf. Theoretisch wäre es möglich, eine Portion in nur 100ml zu lösen. Ich empfehle trotzdem die Aufnahme mit einer größeren Menge Wasser (400-500ml) etwa 30 Minuten vor dem Training um gleich für ausreichend Flüssigkeit zum Ausgleich für ein hoffentlich schweißtreibendes Training zu sorgen.

Vasodilator ist in einer Geschmacksrichtung nämlich „Spacy Lemonade“ erhältlich. Das Produkt ist geschmacklich sicherlich kein Hochgenuss, dennoch ist es absolut trinkbar und kann in etwa mit Limonade verglichen werden.

## Wirkung

### Die Voraussetzungen

Da dies ein Erfahrungsbericht ist, kann ich nur von meinem persönlichen Erlebnis mit der Einnahme meiner ersten beiden Dosen Vasodilator berichten. Man muss wissen, dass ich regelmäßig [Creatin](#) AKG zusätzlich supplementiere. Zur

Einnahme von Vasodilator habe ich auf die Zugabe jeglicher Stimulantien wie Koffein, Guarana ect. verzichtet um ein relevantes, unbeeinflusstes „Feeling“ für [Vasodilator](#) zu erhalten.

Die letzte vollständige Mahlzeit habe ich meist etwa 75 Minuten vor dem Training eingenommen. Vasodilator wurde dann 30 Minuten vor dem Training zugesetzt. Insgesamt befand ich mich in einer hyperkalorischen Phase was bedeutet, dass mein Körper mit ausreichend Nährstoffen (auch Kohlenhydraten) versorgt war. All dies sind sicherlich Faktoren, welche die Wirkung beeinflussen können, von daher nenne ich meine Voraussetzungen derart explizit.

## Was geschah

### Vor dem Training

Vasodilator enthält zwar keine direkten Stimulantien jedoch Tyrosin, eine Aminosäure die als Vorläufer für Katecholamine wie Adrenalin dient. Viele wissen vielleicht, dass in der Phase vor dem Training, also wenn man sich mental auf das Training einstellt und man den Ablauf im Kopf bereits abspielt bevor das Training stattfindet, das sympathische Nervensystem angekurbelt und so automatisch eine kleine Menge Katecholamine ausgeschüttet wird. Mit der Einnahme von Tyrosin aus Vasodilator liegt dies kurze Zeit später im Blut vor, unterstützt die Adrenalinsynthese und erzeugt so einen leichten „Aufputsch-Effekt“. Ich bin der Meinung, dass sich ein derartiger Effekt nur bei der alleinigen Einnahme von Vasodilator ohne sonstige Nahrungsmittel signifikant einstellen wird. Die eine oder andere Person wird den Effekt stärker spüren, bei einem Teil von Ihnen wird der Effekt ausbleiben. Dies hängt von mehreren Faktoren, hauptsächlich aber von der Rezeptordichte und Rezeptorsensibilität für Katecholamine ab.

Vasodilator erzeugte bei mir trotz fehlender Stimulanzen einen leicht aufputschenden Effekt

### Das erste Training – die erste Woche

An mein erstes Training mit Vasodilator kann ich mich noch sehr gut erinnern.

#### SCHULTERN

Ich begann mein Training und nahm mir absichtlich denselben Trainingsplan wie noch vor einer Woche zur Hand, um einen relevanten Vergleich zu haben. Ich fühlte mich stark und motiviert als hätte ich vor dem Training eine Koffeintablette eingenommen. Anfänglich waren ansonsten keinerlei Unterschiede bemerkbar. Weder die Leistung noch die Zahl der Wiederholungen im trainierten Bereich von 10-12 Wiederholungen waren anfänglich verändert. Die ersten beiden Sätze freies Schulterdrücken vergingen so. Ich vergas, noch vor 45 Minuten ein neues Supplement getestet zu haben und konzentrierte mich auf mein Training.

*Bei Satz 3 geschah es:*

Ich nahm die Hanteln hoch und fing an zu drücken. Ich erwartete wie im vorherigen Satz den Versagenspunkt bei etwa 12 Wiederholungen und merkte, dass ich plötzlich auf eine neue Kraftreserve zurückgreifen konnte. Ich nutzte diese unerwartete Kraftreserve und konnte 21!!! vollständige Wiederholungen mit demselben Gewicht, dass mir in Satz 1 und 2 nach 12 Wiederholungen Muskelversagen einbrachte, absolvieren. Anfänglich verstand ich die Welt nicht mehr und ein leichtes Grinsen kam über meine Lippen. Mein Trainingspartner schaute mich an als ich ihn angrinste und ihm sagte:

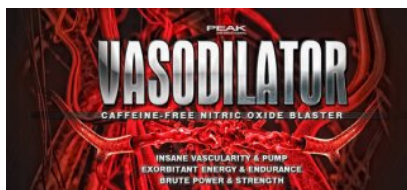
**„Ach ja ich hab heute das erste Mal Vasodilator ausprobiert“**

Der Rest der ersten Woche verlief ähnlich. Ich wage zu behaupten, dass der Effekt bei größeren Muskelgruppen signifikanter zu spüren war als bei kleineren Vertretern und führe diese Behauptung unter anderem auf die unterschiedlichen Mengen anfallenden Laktats zurück.

Es fühlte sich an, als ob mein Körper von jetzt auf gleich besser mit Laktat umgehen konnte und sich eine Akkumulation wesentlich später einstellte. Sieht man sich die vielen Substanzen in Vasodilator an die genau diese Wirkung zum Ziel haben ist dies kein Wunder

Vasodilator verbesserte meine Kraftleistungen indem ich in der Lage war, dasselbe Gewicht wesentlich öfter zu bewegen als noch vor der Einnahme und das bei ansonsten exakt gleichen Bedingungen

### Die folgenden Wochen



Auch die folgenden Wochen verliefen mit der oben beschriebenen Wirkung auf das Training. Mit der Zeit flachte der wirklich dominante Effekt jedoch ab. Ich stellte fest, dass mein Körpergewicht und ein evtl. leichter Gewöhnungseffekt eine Erhöhung der Dosis um weitere 15g nötig machten. Statt der üblichen 30g bestand meine Einnahme nun aus 45g. Mit dieser Dosis konnte ich die Wirkung solange aufrechterhalten, bis meine ersten beiden Dosen Vasodilator sich dem Ende zuneigten und den Test beendeten.

#### Anmerkung

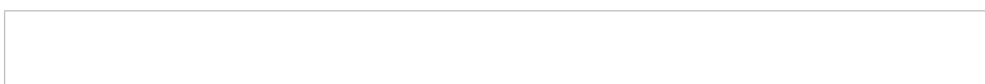
**Da ich eine große Community bei Facebook habe und Vasodilator auch im Rahmen meiner Athletenbetreuungen zum Einsatz kommt, konnte ich ähnliche Erfahrungen auch von anderen Athleten einholen. Mein Körpergewicht lag zum Zeitpunkt des Tests bei etwa 96kg**

**Schwere Athleten müssen die Dosierung wahrscheinlich nach einer bestimmten Zeit anpassen!!**

## Einsatz

Vasodilator kann prinzipiell für jedes sportliche Vorhaben und jede kalorische Phase eingesetzt werden. Ich persönlich sehe aufgrund der Zusammensetzung besonderes Potential bei ketogenen Ernährungsformen, Low-Carb, oder in der Wettkampfvorbereitung im Bodybuilding. Man findet selten ein Pre-Workout-Supplement, bei dem komplett auf den Zusatz von Kohlenhydraten verzichtet wurde.

Twittern 0 Gefällt mir 0 Share + MORE



1. [Der grosse BCAA Pulver Test](#)
2. [Scitec Nutrition BCAA Xpress Erfahrung und Test](#)



## Holger Gugg

Holger Gugg betreibt seit vielen Jahren den Internetauftritt [www.body-coaches.de](http://www.body-coaches.de) und bietet über diesen unter anderem seine Dienste hinsichtlich Ernährungs- und Trainingsberatung an. Zu seiner Klientel zählen Leistungssportler der unterschiedlichsten Sportarten aber auch abnehmwillige Personen mit ästhetischen oder gesundheitlichen Zielen. Holger Gugg schreibt seit 2009 feiberuflich zu den Themen Sportnahrung, Training, Gesundheit und Lifestyle. Bereits über 150 seiner Artikel sind im Internet veröffentlicht. Holger Gugg besitzt unterschiedliche Qualifikationen im Bereich Leistungssport, Prävention sowie Rehabilitation und betreibt selbst seit 16 aktiven Leistungssport.

Tags: [bilder](#), [fazit](#), [holger gugg](#), [kohlenhydrate](#), [leistung](#), [peak](#), [preis](#), [training](#), [Vaso-X-Pander](#), [vasodilator](#), [wirkung](#)

[Trackback](#) von deiner Seite.

### Kommentare (2)



Claudio  
13. Mai 2012 um 22:30 | <#>

Hey,

sehr guter Erfahrungsbericht!  
Hab [Vasodilator](#) auch schon genommen und finds echt gut. Gibt leider viel zu viele Pump-Supps sodass man sich nicht so richtig auf ein Supplement festlegen kann.

[Geschmack](#)  
[Preis](#)  
[Löslichkeit](#)  
[Wirkung](#)

[Antworten](#)



Pulver Paul  
16. Mai 2012 um 14:15 | <#>

Find den Bericht echt gut! Hab [Vasodilator](#) noch nicht genommen aber werd es demnächst mal probieren.

[Antworten](#)

## Schreib ein Kommentar

<input type="text"/>	Name *
<input type="text"/>	E-mail *
<input type="text"/>	Website

*Auf die Sterne klicken, um zu bewerten.*

[Geschmack](#)  
[Preis](#)  
[Löslichkeit](#)  
[Wirkung](#)

Benachrichtige mich über nachfolgende Kommentare per E-Mail.