

	goed voor een normale stofwisseling	verminderd vermoeidheid en moeheid	goed voor het behoud van een normale huid	voor een normale collageenvorming	goed voor een normale huidwerking	voor het onderhoud van normaal haar	beschermde tegen oxidatieve stress	voor een normale haarpigmentatie	goed voor een normale spierwerking	voor het onderhoud van een goede spierwerking	voor een normale eiwitsynthese	goed voor de normale testosteron spiegel in het bloed	voor een normale spermavorming	voor een normale vruchtbaarheid en voortplanting
Vitamine B1	x													
Vitamine B6	x	x												
Vitamine B12	x	x												
Magnesium	x	x							x					
Vitamine B2			x											
Vitamine A			x											
Vitamine B3			x											
Vitamine B8			x			x								
Zink			x			x	x				x	x		x
Vitamine C				x	x		x							
Vitamine E							x							
Selenium							x						x	
Koper								x						
Vitamine D									x		x			