



**JANTAR**  
**CHAMPION**  
sports water

**FOR**  
**CHAMPIONS**  
**ONLY**

**WATER - the Healthiest Drink on Earth**  
Everybody knows that water is essential for life. We all know about its impact on our health and beauty. What, though, do we know about the water itself? Mineral water is extracted from the interior of Earth, from geologically separated reservoirs, and thus protected from external contaminants. It contains minerals beneficial to our health, such as magnesium, calcium, sodium and potassium. The most important parameter to be taken into account when we choose our water is mineral content expressed in milligrams per litre and water pH, i.e. alkalinity.

# The history of the spring

A black and white photograph of a person's face in profile, drinking water from a bottle. The person's eyes are closed, and the water is being poured into their mouth. The background is dark, making the person's face the central focus.

JANTAR water is drawn from artesian spring number 39 in Kołobrzeg. Its composition includes ground water from 9.8 thousand years ago and inflow water which has undergone a 40-year natural filtration process. In addition, it is enriched with minerals from the permian salts which were deposited over millions of years at the bottom of the ancient oceans.

JANTAR is a top-quality medium-mineralised water with an alkaline pH, an important factor which helps it balance the acidity of all manner of foods and drinks, including acidifying foods.

JANTAR water optimally hydrates the body thanks to a unique composition of electrolytes and trace elements.



Why drink Jantar?

Jantar?



- Jantar Water is recommended for athletes and health-conscious people
  - **IT IS NOT THE QUANTITY BUT THE QUALITY OF CONSUMED WATER!**
- Drinking large amounts of water with a low content of minerals, i.e. electrolytes, can be dangerous to the health according to Professor Roger Corder from the William Harvey Research Institute in London. Large amounts of water without electrolytes can leach the mineral reserves, including: sodium, potassium, calcium, magnesium and numerous trace elements.
- The loss of these important components can lead to a risk of collapse resulting from sudden blood pressure drop or life-threatening arrhythmia. Tests of blood samples taken from 488 runners at the Boston marathon finish line in 2002 demonstrated that 13% of the subjects had abnormally low blood sodium levels, known as hyponatremia, which is a life-threatening condition. The majority of the subjects with low sodium levels had been drinking more than 3 litres of water per day.
- During sports, heavy physical work, as well as on hot days, there is high perspiration and salt excretion from the body (Table 1 – sweat composition), which can cause their deficit resulting in weakness, tiredness etc. Drinking chloride-sodium water in such situations allows one to replenish salt losses, affect our feeling of well-being, as well as improving body endurance (Table 2 – composition of JANTAR water).



Why drink Jantar?  
Jantar?



Table 1 What is lost in perspiration?		Table 2 Jantar Water	
Mineral	mg/l	Minerals total: 803.95 mg/l	
Sodium	1200	Cations	(mg/l)
Chlorine	1000	Sodium (Na <sup>+</sup> )	167.0
Potassium	300	Calcium (Ca <sup>2+</sup> )	52.1
Calcium	160	Magnesium (Mg <sup>2+</sup> )	15.8
Magnesium	36	Potassium (K <sup>+</sup> )	5.0
Phosphate	15	Anions	
Zinc	1.2	Chloride (Cl <sup>-</sup> )	212.7
Iron	1.2	Carbohydrate (HCO <sub>3</sub> <sup>-</sup> )	322.9
Manganese	0.06	Sulphate (SO <sub>4</sub> <sup>2-</sup> )	16.7
Copper	0.06	Iodide (I <sup>-</sup> )	0.02

# Alkalinity

Y

Don Colbert, MD, from the United States has referred to alkaline water as the leading and most important factor in restoring good health. The majority of his patients became free of diseases after only a few months of treatment involving drinking alkaline water and consuming alkaline food.

Another American scientist, Dr. R. Young, has discovered that harmful micro-organisms cannot grow when the blood maintains its biochemical balance, i.e. when pH is 7.4. Staying in acid-base balance stimulates the formation of new, healthy cells and supports the regeneration process. On the other hand, lowering blood pH to acidic levels causes weakening of cells, mutations, as well as their dying out.

The high quality of blood (i.e. correct alkaline pH) guarantees an increase in energy and vital forces, improves well-being and concentration. If blood pH is in the range of 7.4, then all the processes in human cells are performed ideally.

## HYDRATION

In the daily diet, it is the quality and not the quantity of the water consumed that plays the most important role. During sports, heavy physical work, as well as on hot days, there is high perspiration and salt excretion from the body. This may cause its deficit, which manifests as weakness, tiredness and similar.

To supplement salt losses you can drink chloride-sodium water. This also has a beneficial effect on our well-being and helps to achieve better physical fitness.

During heat waves and strenuous exercise it is advised not to drink large quantities of water without mineral salts, as this leads to the dilution of the electrolytes in the body, which stimulate things like the heartbeat and muscular endurance. Leaching of electrolytes, mainly sodium, can lead to so-called hyponatremia – a medical condition caused by the decrease in blood sodium levels.

JANTAR, as a chloride-sodium water, is perfect for replenishing these electrolytes lost during perspiration. So let's drink JANTAR water, containing a balanced set of electrolytes and trace elements!

# Hyponatremia

## Hyponatremia and preventing dehydration

Hyponatremia is a condition involving a decrease in blood sodium content (below 130 mmol per 1 l), which leads to the disruption or non-activation of cellular function and in extreme cases can lead to death. Hyponatremia is usually a result of long-term and profuse sweating, with no sodium supply, or it may result from excessive water consumption. It is a common condition in endurance athletes.

Providing an appropriate amount of liquids is a primary method of regenerating the body after physical exercise. Water without electrolytes is quickly eliminated with the urine and deprives the organism of some electrolytes. For quick hydration of the body, it is essential to drink a natural hypotonic water like JANTAR (better absorption, even up to 40%) or commercial isotonic.

We recommend the healthy, natural isotonic based on JANTAR mineral water, which can be prepared at home. If the drink contains minerals of a composition similar to bodily fluids (such as JANTAR water), the loss of electrolytes will be compensated.



# Water Parameters

Cations (mg/l)	
Calcium (Ca)	52,1
Magnesium (Mg)	15,8
Sodium (Na)	167,0
Potassium (K)	5,0
Selenium (Se)	0,14
Anions (mg/l)	
Sulfate (SO <sub>4</sub> )	16,7
Bicarbonate (HCO <sub>3</sub> )	322,9
Chloride (Cl)	212,7
Iodine (I)	0,02
Fluorides (F)	0,0
pH	7,4

# Labels



# Labels



Producent i dystrybutor:  
Olimpijski Zakład Przemysłowy w Siedlcach i powiaty w Siedlcach  
Pracownia i Zakład Przemysłowy w Siedlcach

Współpracownik przez:  
JANTAR WODY MINERALNE Spółka z o.o.  
ul. Dąbowa 24, 78-100 Koszęca, Poland  
t: 81 710 44 94 94 35 11 55  
www.wodyjantar.pl

1,5L

Suma składników mineralnych: 603,95 mg/l

KATIONY (MG/L):		ANIONY (MG/L):	
WAPNIOWY (Ca)	52,1	SIARCZANOWY (SO <sub>4</sub> )	16,7
MAGNEZOWY (Mg)	15,8	WODOROWĘGLANOWY (HCO <sub>3</sub> )	322,9
SODOWY (Na)	167,8	CHLORKOWY (Cl)	212,7
POTASOWY (K)	5,9		

**JANTAR**  
**CHAMPION**  
sports water

**JANTAR**  
**CHAMPION**  
sports water

**WODA JANTAR POSIADA CHARAKTER SPORTOWY**

- ✓ Hipotoniczna (40% lepiej wchłanianie niż w izotonicznej)
- ✓ Szybko i skutecznie nawadnia organizm
- ✓ Zawiera elektrolity (sól, potas) niezbędne do prawidłowego wiązania płynów
- ✓ Zapewnia utrzymanie wewnętrznej równowagi wodno-elektrolitowej, co jest szczególnie ważne podczas wysiłku
- ✓ Wyraźnie zasadowy odczyn **PH 7,4** przyczynia się do zakwaszenia organizmu
- ✓ Posiada w swoim składzie wodorowęglany (**HCO<sub>3</sub>**), które są doskonałym czynnikiem dla sportowców.

519 07 631 12 40 1331



UZDROWISKOWO  
KOŁOBRZEG



MINERALIZACJA  
803,95 MG/L

PH 7,4  
ZASADOWE

# Product Display



PH 7,4  
ZASADOWE

# Logistics Data

Type of bottle	1,5 litre bottle	0,5 litre bottle	0,7 litre bottle
Number of bottles per pallet (pcs)	504	1296	1080
Number of bottles in a pack (pcs)	6	12	12
Number of packs (pcs)	84	108	90
Number of packs in a single layer (pcs)	21	18	18
Number of layers	4	6	5
Number of bottles in a single layer (pcs)	126	216	216
Weight of all bottles (kg)	756	648	756
Pallet weight (kg)	25	25	25
Total weight (kg)	781	673	781
Pallet dimentions (cm)	80x120	80x120	80x120
Loading height (cm)	150	130	120
security	Cardboard spacers & stretch wrap	Cardboard spacers & stretch wrap	Cardboard spacers & stretch wrap

# Packaging



# Our Press Aricles



## WPŁYW WODY JANTAR NA ZDROWIE SPORTOWCÓW

Woda JANTAR to najwyższej jakości naturalna woda średniożmineralizowana o znaczącym odczynie. Zawiera unikatowy bufor elektrolytowy nawiązujący skład: chlorek wapnia, magnez i oraz wiele pierwiastków śladowych (jod, cynk, selen, seleni, dręgi) którym doskonale nawadnia organizm oraz gęsi progresję. Zawartość sodu i potasu wspomaga działanie pompy sodowo-potasowej. Jako jedyna na świecie posiada doskonały stosunek potasu do sodu (zbliżony do rekomendowanego w badaniach na posłem elektrolytów w osoczu). Wykryte 2,5 lita wody JANTAR zapobiega dalszemu zaprzeczakomercie donołego czołwieła na pod. Naturalnie czysta i mizym niekadantura woda Jantar stanowi idealne uzupełnienie zdrowego stylu życia. Wyjątkowy skład korzystuje ją jako wody chładowo – sodową, szczególnie polecana dla osób prowadzących aktywny tryb życia.

JANTAR jako pierwsza woda o charakterze sportowym w Polsce uzyskała pozytywną opinię Instytutu Sportu - Państwowego Instytutu Badawczego oraz Polskiego Towarzystwa Dietetyki Sportowej. Polecana wiele rekomendacji w tym od prof. dr hab. Michała Nowickiego (nefrolog, Hipertensjologii) Prezesa Polskiego Towarzystwa Nefrologicznego, a także od wielu sportowców, którzy ją piją na coddien między innymi Bartosza Hazdickiego – kolarza.

Woda JANTAR w 2016 roku została zakwalifikowana przez Laboratorium Hydrogeochemiczne z Akademii Górniczo-Hutniczej w Krakowie do najwyższej klasy (akozja) Klasa I – wody bardzo dobrej jakości.

### Zaletą wody JANTAR, w porównaniu z innymi wodami źródłanymi oraz mineralnymi, z punktu zwienia sportowca jest fakt, iż:

- jest wodą średniożmineralizowaną – czyli niepogaz do picia na co dzień
- posiada odpowiedni stosunek potasu do sodu dzięki, ktorému prawidłowo pracuje pompa sodowo-potasowa u człowieka.
- jako woda chładowo-sodowa szybko i skutecznie nawadnia i przeciwdziała powstawiu hipotermii
- odpowiedni poziom sodu, potasu oraz chloru zapewnia utrzymanie wewnętrznej równowagi wodno-elektrolitowej
- posiada wodotrawny HCO<sub>3</sub> – dostarczy cynku, potasu i magnezu
- przyswajalność wapnia i magnezu
- nieznaczona woda posiada pH w przedziale 7,4 – 7,7,
- które przeciwdziała zakwaszeniu organizmu
- zawiera pierwiastki śladowe takie jak: jod, selen, cynk oraz seleni
- w wodzie nie występują metale ciężkie, pestycydy ani szkodliwe substancje
- dozwolony poziom, nadu i szlamu
- brak promieniowania alpha i beta
- jest bardzo czystą wodą poddawającą zanieczyszczeni
- w procesie butelkowania nie używa się substancji chemicznych wylubujących jej termu i przyswajalności



**JANTAR**  
WODY MINERALNE

**Zdrowie**  
w racjonalnej cenie...

PH 7,4  
ZAKOPIE

MINERALIZACJA  
803,95 MG/L

LEGIONOWSKI SKO  
KOŁOBRZEG

WODZIANIA  
ROZCIOTWIANNIA

idealna rownowaga  
minerałów  
i życia

# Champion Ambassador Agnieszka Kaczorowska





# Champion Ambassador – Bartosz Huzarski



*Bartosz Huzarski*

# Champion Ambassador – Paweł Juraszek



Polecam  
Paweł Juraszek



**Jantar Wody Mineralne sp. z o.o.**  
**Ul. Żurawia 24**  
**78-100 Kołobrzeg**  
**E-mail: [wodajantar@wodajantar.pl](mailto:wodajantar@wodajantar.pl)**  
**[www.wodajantar.pl](http://www.wodajantar.pl)**  
**Mobile 0048601519334**