



Produkt/Geschmack	<b>Active Linea Vanille</b>	
Gewicht	30g	
Energie100g/pro Riegel*	1628kJ/488kJ	
Nährstoffe/100g	54g Kohlenhydrate, 13g Eiweiß, 11g Fett	
Kommentar	Kommentar: Sport-Schnitte mit zahlreichen Vitaminen (B-Gruppe, C, E) und Folsäure angereichert, handliche Größe, hoher Fettanteil, mit hochwertigen Molkenproteinen, sehr süß und kaum nach Vanille schmeckend	
Preis**	Preis: 0,99 €	
Info	Inko GmbH, 91154 Roth, www.inko.de	

Produkt/Geschmack	<b>Viba Sportsline Aprikose, Orange, u.a.</b>	
Gewicht	30g	
Energie100g/pro Riegel*	1255kJ/377 kJ	
Nährstoffe/100g	62g Kohlenhydrate, 5g Eiweiß, 4g Fett	
Kommentar	Kommentar: 83% Fruchtanteil, auch als Molke-Riegel im Vanille-Geschmack erhältlich, handliche Portion, Oblatenüberzug, mit diversen Vitaminen versetzt, klebefrei, fruchtig-süßlicher Geschmack, gut verträglich	
Preis**	Preis: 0,65 €	
Info	Viba-Süßwaren GmbH, 98564 Schmalkalden, www.viba-sportsline.de	

Produkt/Geschmack	<b>Sunsweet Fruit Bar Pflaume, Aprikose, Pfirsich</b>	
Gewicht	33g	
Energie100g/pro Riegel*	1487kJ/495kJ (Pflaume)	
Nährstoffe/100g	75g Kohlenhydrate, 2g Eiweiß, 0,3g Fett,	
Kommentar	Kommentar: Riegel aus getrockneten Früchten, ohne Zuckerzusatz, sehr geringer Fettanteil, mit Ballaststoffen, gute Portionierung, sehr guter, fruchtiger Geschmack, nicht so süß wie viele andere Riegel, aber nicht unbedingt für den Marathon geeignet	
Preis**	Preis: 0,69 €	
Info	S.I.V. GmbH, 89025 Ulm, www.sunsweet.de	

Produkt/Geschmack	<b>Sponser High Energy Bar Vanille, Vanille-Orange, Aprikose</b>	
Gewicht	65g	
Energie100g/pro Riegel*	1395kJ/1030kJ	
Nährstoffe/100g	60g Kohlenhydrate, 14g Eiweiß, 9g Fett	
Kommentar	Kommentar: den meisten wohl zu groß für eine Portion, ziemlich klebrige Angelegenheit, laut Hersteller aber große Temperaturbeständigkeit, relativ hoher Fettanteil (mit MCT-Fetten), enthält diverse Vitamine, neutraler Geschmack	
Preis**	Preis: 1,95 €	
Info	Sponser Sport Food, CH-8832 Wollerau, www.sponser.ch	

Produkt/Geschmack	<b>Nutraxx Banane, Erdbeer, Quark-Zitrus, Nuss</b>	
Gewicht	65g	
Energie100g/pro Riegel*	1439kJ/935kJ(Erdbeer)	
Nährstoffe/100g	68g Kohlenhydrate, 9g Eiweiß, 4g Fett	
Kommentar	Kommentar: Haferflocken-Kohlenhydrat-Riegel, enthält verschiedene Vitamine und Mineralien, Amaranth, Quinoa und L-Carnitin, ziemlich große Portion, ohne Überzug, klebefrei, trocken, geschmacklich besonders Quark-Zitrus empfehlenswert	
Preis**	Preis: 1,80 €	
Info	Nutravision GmbH, Postfach 1138, 82050 Sauerlach, www.nutraxx.de	

Produkt/Geschmack	<b>PowerBar Performance Orange, Vanille-Crisp, Apfel-Zimt, Banane, Cappuccino, Erdnuss, Malz-Nuss, Pfirsich, Schokolade, Wildfrucht</b>	
Gewicht	65g	
Energie100g/pro Riegel*	1482kJ/963kJ (Apfel-Zimt)	
Nährstoffe/100g	65g Kohlenhydrate, 15g Eiweiß, 4g Fett	
Kommentar	Kommentar: Klassiker unter den Energieriegeln, gummiartige Konsistenz, mit vielen Vitaminen und Mineralstoffen, große Portion, vom Geschmack her dürfte durch das große Angebot für jeden etwas dabei sein (Persönlicher Favorit: Apfel-Zimt)	
Preis**	Preis: 1,99 €	
Info	PowerBar Europe GmbH, Edelsbergstraße 10, 80686 München, www.powerbar-europe.com	

Produkt/Geschmack	<b>PowerBar Harvest Heidelbeere, Apfel, Erdbeere, Erdnuss-Schokochips, Kirsch, Schokolade</b>	
Gewicht	60g	
Energie100g/pro Riegel*	1514kJ/908kJ (Kirsch)	
Nährstoffe/100g	67g Kohlenhydrate, 12g Eiweiß, 5g Fett	
Kommentar	Kommentar: körniger Getreide-Riegel auf Kohlenhydratbasis, durch große Ausmaße in Höhe und Breite ziemlich ungünstig zu transportieren, der Erdnuss-Schokochip-Riegel ist beim Laufen nur schwer "runterzukriegen", der Kirsch-Riegel ist da schon leichter und schmeckt erfrischend	
Preis**	Preis: 1,95 €	
Info	PowerBar Europe GmbH, Edelsbergstraße 10, 80686 München, www.powerbar-europe.com	

Produkt/Geschmack	<b>Inkospor Power Pack Kokos, Banane</b>	
Gewicht	65g	
Energie100g/pro Riegel*	1416kJ/921kJ (Banane)	
Nährstoffe/100g	70g Kohlenhydrate, 6g Eiweiß, 4g Fett	
Kommentar	Kommentar: Kohlenhydrat-Energie-Riegel mit neun Vitaminen, mit 65 g den großen Riegeln zuzuordnen, leicht klebrig, Geschmacksrichtung Kokos ist zwar recht süß, schmeckt aber lecker nach Kokosnuss, der Bananenriegel schmeckt allerdings nur ansatzweise nach Banane, Kokosriegel enthält doppelt soviel Fett wie Bananenriegel!	
Preis**	Preis: 1,79 €	
Info	Inko GmbH 91154 Roth, www.inko.de	

Produkt/Geschmack	<b>Der Läufer Riegel Joghurt-Ananas, Joghurt-Kirsch</b>	
Gewicht	65g	
Energie100g/pro Riegel*	1463kJ/951kJ (Joghurt-Kirsch)	
Nährstoffe/100g	69g Kohlenhydrate, 6g Eiweiß, 4g Fett	
Kommentar	Kommentar: mit zahlreichen Vitaminen, Mineralstoffen und L-Carnitin angereichert, niedriger Fettgehalt, große Portion, klebefrei, dafür etwas trocken, süßer Geschmack	
Preis**	Preis: 1,80 €	
Info	www.laufvital.com	

Produkt/Geschmack	<b>Active Protein Pack</b>	
Gewicht	35g	
Energie100g/pro Riegel*	1571kJ/550kJ	
Nährstoffe/100g	49g Kohlenhydrate, 26g Eiweiß, 8g Fett	
Kommentar	Kommentar: Energieriegel mit 26% Eiweiß aus Milcheiweiß zum Aufbautraining und neun zusätzlichen Vitaminen, handliches Format, Schokoladenüberzug, der bei Wärmeinwirkung an der Verpackung klebt, schaumige Konsistenz, geschmacksneutral	
Preis**	Preis: 0,99 €	
Info	Inko GmbH, 91154 Roth, www.inko.de	

**Sponser Protein Bar Vanille**

50g

1526kJ/763kJ

38g Kohlenhydrate, 31g Protein, 10g Fett

Kommentar: Eiweiß-Kohlenhydrat-Riegel für Aufbau- und Trainingsphasen und zur Regenerationsförderung, hitzeanfälliger Schokoladen-Überzug, hoher Fettanteil, weich-lockere Konsistenz, süßlicher, aber guter Geschmack

Preis: 1,89 €

Sponser Sport Food, CH-8832 Wollerau, www.sponser.ch

**All Stars Hy-Pro Erdbeer, Banane-Vanille, Citrus-Quark, Haselnuß**

100g

1604kJ/1604kJ

47g Kohlenhydrate, 30g Protein, 8g Fett

Kommentar: der Riese unter den Riegeln: mit satten 100g wohl eher für die gesamte Familie gedacht, "american style", 30% Proteinanteil, Schokoladenüberzug, der bei Wärme am Papier klebt, gummiartige Konsistenz, süßlicher Geschmack

Preis: 3,25 €

All Stars Fitness-Products, Linsenhofer Str. 59-63, 72660 Beuren, www.all-stars.de

**Multipower Power-Pack XXL Classic**

60g

1660kJ/996kJ

43g Kohlenhydrate, 30g Eiweiß, 11g Fett

Kommentar: auch als 35g-Riegel mit 27% Eiweiß erhältlich, Schokoladenglasur (Hitze!), relativ hoher Fettanteil, neutraler bis etwas bitterer Geschmack, schaumig-breiige Konsistenz

Preis: 1,00 € (für den kleinen XXLer)

Haleoko GmbH, 22081 Hamburg

**PowerBar ProteinPlus Schokolade, Erdnuss-Schoko, Vanille-Kokos**

55g

1484kJ/816kJ (Erdnuss-Schoko)

42g Kohlenhydrate, 31g Eiweiß, 10g Fett

Kommentar: Eiweiß-Kohlenhydrat-Riegel für Aufbau- und Trainingsphasen und zur Regenerationsförderung, Schokoladen-Überzug, hoher Fettanteil, schaumige Konsistenz, nichts für Feinschmecker

Preis: 1,99 €

PowerBar Europe GmbH, Edelsbergstraße 10, 80686 München, www.powerbar-europe.com

**Biestmilch Frucht**

40g

1557kJ/623kJ

58g Kohlenhydrate, 9g Eiweiß, 14g Fett

Kommentar: laut Hersteller besitzt Biestmilch eine entzündungshemmende Wirkung, welche die Wundheilung unterstützt, hoher Fettgehalt, leicht klebrig, fruchtig, nicht zu süß, nicht unbedingt für einen Marathon geeignet

Preis: 1,59 €

Trixters GmbH, Egerstraße 2, 65205 Wiesbaden, www.trixters.net

**L-Carnitine-Pack light Waldfrucht, Ananas, Mango-Maracuja**

45g

1541kJ/693kJ

50g Kohlenhydrate, 25g Eiweiß, 7g Fett

Kommentar: 40% fettreduziert, Kohlenhydrat-Protein-Riegel mit L-Carnitin für den Fettsäuretransport in die Muskelzelle, enthält Vitaminzusätze, mit weißer Schokolade glasiert, handliche Portion, weiche Konsistenz, sehr süß

Preis: 1,50 €

Haleko GmbH, 22981 Hamburg

**powerplay eiweißriegel Classic, Erdbeer, Joghurt**

35g

1670kJ/585kJ

48g Kohlenhydrate, 25g Eiweiß, 12g Fett

Kommentar: mit Milcheiweiß für Aufbau und Regeneration, der Classic-Riegel enthält zusätzlich Soja- und Molkeeiweiß, kohlenhydrat- und eiweißreicher (Eiweiß aus Milchproteinen) allerdings auch fettreicher Riegel, Schokoladenüberzug (dunkel), gummiartige Konsistenz, karamellartiger Geschmack

Preis: 0,95 €

Novartis Nutrition GmbH, 81366 München, www.novartis.de

**Knusperone Fitness Riegel (Aldi) Haselnuss, Mandel, Apfel, Erdnuss, Schoko, Multifrucht**

50g

2122kJ/1062kJ

39g Kohlenhydrate, 11g Eiweiß, 28g Fett (Mandel)

Kommentar: enthält zusätzlich verschiedene Vitamine und Mineralien, der Fettgehalt liegt bei den Haselnuss-Riegeln bei satten 34,8% (Fitness-Riegel?), bei der Apfel-Variante dagegen nur bei 5%, alle Sorten mit Oblaten überzogen, der Apfelriegel schmeckt locker-leicht und nicht zu süß, die anderen Riegel sind eher "schwere Kost"

Preis: 0,43 €

FB Vertrieb GmbH, Postfach 1660, D-21306 Lüneburg; www.aldi.de

**Milchschnitte**

28g

1745kJ/488kJ

36g Kohlenhydrate, 9g Eiweiß, 27g Fett

Kommentar: weicher Doppelkeks mit süßer Cremefüllung, die man sich bei längerem in der Tasche aufbewahren (beim Laufen) hart erarbeiten muss, da alles an der Verpackung klebt, Vitaminzusätze eher dürrig, hat aber einen sehr hohen Fettanteil, ohne Konservierungsstoffe, daher auch im Kühlschrank nur begrenzt haltbar

Preis: 0,26 €

Ferrero, D-60624 Frankfurt a. M.; www.milch-schnitte.de

**Multipower Fitness-Pack XXL Schokol extra, Mango-Maracuja, Erdbeer**

60g

1744kJ/1046kJ (Schoko extra)

59g Kohlenhydrate, 13g Eiweiß, 14g Fett

Kommentar: mit Milkschokolade überzogener Riegel, hoher Fettgehalt, mit zahlreichen Vitaminen versetzt, auch in der handlicheren 35g Version erhältlich, leckerer Schokoladengeschmack, für den Sport aber eher zu "mächtig", dann schon eher die Mango-Maracuja-Variante

Preis: 0,80 €

Haleoko GmbH, 22081 Hamburg

