

F.A.Q. - Gyakori kérdések



WellStar Kineto – Natural Body Power

Melyek a Kineto legfontosabb összetevői?

Narancs-, citrom, grapefruitlékoncentrátum, narancslékoncentrátum, növényi kivonatok (bodzabogyó, gyömbér, csalán, gyermekláncfű, spirulina, schizandra, hibiszkus, hársfavirág), vitaminkeverék: Vitamin C, Beta- karotin (Provitamin A) und Vitamin B 12, Magnesiuncarbonat, Guarana kivonat, jánoskenyérfa magliszt, mate kivonat, zöldtea kivonat, juharszirup, L-Carnitin, természetes aroma.

Narancs, citrom, grapefruit koncentrátum, növényi kivonatok (bodzabogyó, gyömbér, csalán, oroszlánfog, Spirulina, Schizandra, hibiszkusz, hársvirág)

Milyen energiatartalma a Kineto Natural Body Power?

A Kineto Natural Body Powert speciálisan fizikai aktivitásokhoz (sport, fizikai mentális aktivitások) fejlesztették ki.

Ez egy kiváló minőségű energiatartalma. Természetes gyümölcscsírupszirup aromákkal és vitaminokkal egy frissítő koffeintartalmú citrus energiatartalma. Legmagasabb koffeintartalma (32mg/100ml).

Elkészítés: Koncentrátum 1+7, tehát 1 adag koncentrátumot keverjük 7 adag ásványvízzel. Alap: energianövelő cukrok, gyümölcseredetű cukor és maltodextrin, lehetőleg tiszta kész italban.

Ezen összetevők hogyan hatnak egy energiatartalma?

A Top összetevők egy természetes energiatartalma- HARMÓNIA A SZINERGIZMUS ÁLTAL

Kiegészítő összetevőinek köszönhetően, különösen a Spirulina-, Guarana kivonat, L-Carnitin, természetes guarana koffein, juharszirup, bodza, csalán, oroszlánfog, zöldtea, hibiszkusz, hársfa, narancs- citrom-grapefruit- koncentrátum, szőlőcukor és fruktóz mix alkalmas arra, hogy egy kiváló minőségű energiatartalma alkosson. Együtt tökéletes kombinációt alkotnak ahhoz, hogy egy munkával, sporttal eltöltött nehéz naphoz energiatartalma biztosítsanak.

Feltétlenül figyelembe kell vennem az utasításokat a WellStar Kineto Natural Body Power fogyasztásánál?

Igen, más utasítások mellett, amelyekre még ki térünk:

Mennyi Kineto Natural Body Powert fogyaszthatok naponta?

1-2 reggel és délután

Mennyi kalóriát tartalmaz (KE) tartalmaz 100 gr. Szirup?

Szirup: 100g= 3,2 KE

Kész ital: 100 ml= 0,5 KE

(1KE= 211 ml)

Mi a Guarana és mire hat?

Guarana (Nature Essential) vagy Paulina Cupana Dél-Amerikából, eredetileg az Amazonas vidékéről és Sri Lankáról származik. A növény igen keresett, mert a guarana koffeinjét az emberi szervezet jobban viseli, mint a kávé koffeinjét.

A Guarana egy azonos nevű liánnövény koffeintartalmú maglisztje. A Guarana Európában is a legnépszerűbb növények közé tartozik. A Guarana-t gyakran használják a kávé helyett. Feltételezik, hogy a guarana könnyebben emészthető, mint a kávé.

A Guarana a legerősebb koffeinnövény. A mag 100 g. -ként kb. 4-5% koffeint, 10,7% olajat, 9,4 g szénhidrátot, 49 g nyersrostot és 2,7 g fehérjét valamint 25% cserző anyagot tartalmaz. Feltételezik, hogy a guarana koffein -a magas cserészav tartalma miatt- lassabban és hosszabban hat.

A GURANA titka egy kb. öt százalékos **guaranin**ban rejlik, ami a világ legerősebb természetes eredetű koffeinje. Azok, akik nem fogyaszthatnak koffeint (pl. migrénesek) guarana koffeint fogyaszthatnak.

A koffeinnel ellentétben a Guaranin nem tartalmaz izgatószeret. **A Guarana képes a szellemi és testi teljesítőképességet erősíteni** és már sok éve nagyra becsülik a versenysportolók. **Guarana** éppúgy segíti a dinamikus energiát és támogatja a szenzitív észlelést és Brazíliában potencianövelőként is használják. Túlzott mértékű fogyasztását viszont kerüljük el.

Miért fogyasszak Guarana-t? A Guarana tökéletes nagy fizikai és mentális aktivitások idején valamint kiválóan alkalmas arra, hogy a diéta alkalmával gyakran fellépő kimerültséget kiegyenlítsen.

Hogy hat a Spirulina kivonat és milyen növény?

Spirulina platensis- egy apró, fonalszerű édesvízi mikroalga. Fotoszintézis segítségével a „nap erejét” értékes anyaggá alakítja át. Intenzív zöld színét az igen magas klorofiltartalma- egy fontos pigment- adja.

A többi növényvel ellentétben a Spirulina sejtfa nem emészthetetlen cellulózból, hanem sejtmembránból áll.

Ez az egyik oka annak, amiért a benne lévő vitális anyagokat olyan jól fel tudják a gyomor- és béltraktusok venni. Az életfontosságú esszenciális aminosav tartalma jóval nagyobb, mint olyan élelmiszerekben, amelyekben fehérje a főszállító.

Tartalmazza a legfontosabb vitális anyagokat, mint a kiváló minőségű proteinek, különféle aminosavakat és vitaminokat: B1, B2, és B6, kálium, magnézium, cink, vas béta-karotin valamint esszenciális zsírsavak és gamma lenolsav.

Ez a hatalmas sokszerűség a Spirulina platensist a teljes test energia ajándékozójává teszi.

Mi az az L-Carnitin?

A Carnitin felelős a zsírsavakból nyert fizikai energiáért. Ezért az L-Carnitint a legerősebben ható „zsírégetőnek” tekintik. A Carnitin egy vitaminhoz hasonló anyag, amely az emberi szervezetet, C, B6, B12, Niacin, folsav, vas és különbözőenzimek segítségével szintetizálja.

Az L-Carnitin a táplálkozáshoz esszenciális aminosavakat Methionint és Lysint biztosít. Mindkét aminosav fehérje összekötését biztosít az un. L-carnitinben.

Mi rejlik a citromban és a narancsban?

A citrus gyümölcsök kiváló C-vitamin források. A C-vitamin erősíti az immunrendszert és fontos a kötőszövet és a csont képződéséhez, valamint a fogaknak. Mivel a C- vitamin segíti az agresszív oxigénképződés (radikálok) elkerülését, rákos megbetegedések, szív és érrendszeri megbetegedések ellen is védhet. A C-vitamin akadályozza a rákképző anyagokat is. Tudósok megállapították, hogy a magas C-vitamin bevitel véd a rákos megbetegedések a felső emésztőrendszeri megbetegedések, valamint a szájüreg, garat, nyelőcső és gyomorbetegségek ellen.

Milyen tulajdonságai és haszna van a C vitaminnak?

A **C-vitamin:** (alternatív neve: ascorbin sav) A C-vitamin vízoldható, igen hatékony antioxidáns, amely védi a sejteket.

- befolyásolja a bőr rugalmasságát és sebgyógyulást
- kötőszövet, bőr és csontképződés sztimulálása
- biológiai méregtelenítő faktor
- erősíti az immunrendszert

Hogyan hat a zöldtea?

A zöldteának szekunder növényi anyag tartalma miatt egészségösztönző hatása van.

A növény leveleit a feketeteával ellentétben csak gőzölik vagy pörkölik- így tartalma változatlanul jó marad.

A zöldtea frissítően hat, természetes ízben és cserző anyagban gazdag. Nyugtatóan hat a gyomorra és a bélre. A cserzőanyagok a másodlagos növényi anyagokhoz tartoznak, amelyeknek fertőzés és szabad radikálok ellen védő és tumor gátló hatása van. A zöldtea a test azonos energiákat harmonikusan aktivizálja. Ösztönző hatása mellett a zöldteát a jó közérzetre gyakorolt pozitív befolyása miatt is nagyra tartják. Alapjaiban hat az anyagcserére, és általánosan hasznos.

Mit tartalmaz a zöldtea? A zöldtea nagy részben tartalmaz másodlagos növényi anyagokat, ásványi anyagokat és egy sor vitamint (pl. B, C, B1 és B1)

Mi a feketebodza?

A **feketebodza** egy vadcsereje. Európából, Ázsiából és Észak-Afrikából származik. A lakosság főzés után a virágát izzasztószerként, gyümölcsét (ugyanúgy főzve) vizelet- és hashajtó szerként használta. De ugyanolyan szívesen használták megfázás ellen is.

A kis bogyók enyhén savanyúak, vitaminokban, mindenképp C vitaminokban gazdagok. A leve gazdag C, B1, B2 és B6 vitaminban, káliumban, foszforban és vasban.

Mi a mate?

A **mate** Dél-Amerikából származik, és a világ több részén most barátkoznak vele. Ez egy stimuláló ital, amely ösztönzően hat testre és szellemre, az egészséges táplálkozás vitális kútja.

A mate frissítően hat, a kávé és a tea alternatívájaként fogyasztják. A mate sok természetes koffeint és izgatószeret tartalmaz. Ezt a koffeint a cserzősavak miatt lassan adagolva választja ki a szervezet. Így sokkal kíméletesebb, hatása tovább tart. A mate mateint tartalmaz, amely a koffeinnel együtt ellazítja az izomzatot.

A mate sok ásványi anyagot, vitamint, antioxidáns hatású nyomelemet, A, B1, B2, C, E vitamint riboflavint, magnéziumot, kalciumot, vasat és káliumot tartalmaz. A mate vizelethajtó, testi és szellemi kimerültség ellen használják.

Erősítő italként ismert. A matét távolabbról természetes fogyasztószerként is használják.

Mi a gyömbér?

A gyömbért már 3000 éve ismerik Észak-Indiában és Keleten. Ezt a kultúrnövényt a természetből ismerjük. A trópusokban termesztik. Frissen szárított gyökerét használják. Emésztési zavaroknál és émelygésnél, valamint megfázásnál, köhögésnél használják.

A gyömbér számos éteri olajat tartalmaz és vitaminokban, ásványi anyagokban, kalciumban és káliumban gazdag. Ezek a gyömbért tökéletesen alkalmassá teszik a külső és belső használatra. Éter olajai (Monoterpen, diterpen és sequiterpene) lelkileg kiegyensúlyozóan és stabilizálóan hatnak. Erős ízét gingerole-októl kapta. A gyömbér segíti az epeműködést, gyulladáscsökkentő és immunstimuláló hatásai vannak.

És a csalán?

A csalán (Urtica) a csalánnövények családjába a zárwatermőkhöz tartozik. Közép-Európában kb. 45 fajtája fordul elő. A fiatal csalánhajtásokat magas vitamintartalmuk és savanyú ízük miatt salátaként is használják.

A csalánnak pozitív hatása van a pszichére. Vértisztítóan, és fogyasztóan hat.

Az évelő nagyméretű csalánok (Urtica dioica) az egyik legősibb nagy hatásspektrumú gyógynövények, nemcsak gyomnövényként ismerik, a tudósok egyenesen a gyógynövények királynőjének tekintik.

A csalán tápértékei: A levél egyebek között ásványi anyagot (5% kisselsav) amint, flavonolglükozidot Acetylcholint, Serotonint, poliszacharid, lektint (UDA) és aminosavakat tartalmaz. Hatékony szer reumára, idegi fájdalomra, belső kiegyensúlyozatlanságra, fejfájásra - különösen éjszaka.

Mi az gyermekláncfő?

Tavasszal és nyáron a gyermekláncfű sárga virágával boldogan és frissen mosolyog ránk. Mindenhol megjelenik, útszélén vagy mezőkön egyaránt. A növényt gyökerével együtt használják.

Összetevők: vitaminok, keser-anyagok, enzimek, szaponin, cserző savak, ásványi anyagok, nyomelemek és kálium. Az egész növényt, gyökerével együtt használják. Az oroslánfogat gyakran használják az ún. „tavaszi kúrákhoz”.

Mi a Schizandra?

Schizandra – titokzatos gyümölcs Kínából. A kínaiak már régóta nagyra becsülik ezt a kis gyümölcsöt. Nagyon sokoldalú egészségügyi hatást tulajdonítanak neki.

A Schizandra vagy másképpen WuWeiZi az "öt érzékszerv növénye". Gyümölcse egy savanykás ízű bogyó, amely tartalmaz édes, enyhe és csípős aromákat is.

A kínai botanika remeke egyre több barátot nyer magának Nyugaton is. A kínai nők a tonizáló Schizandra bogyókat fiatalító szerként, valamint a testi és a szellemi jó közérzet harmonizálójaként használják. A Schizandra nőknél és férfiaknál egyaránt hatással van a szexuális kiteljesedésre és a vitalításra.

Milyen tápanyagokat tartalmaz a Schizandra?

Schizandra gyümölcse gazdag C és E vitaminban. Hatóanyagát éteri olajok alkotják. A gyümölcsmagban 7-19%-os lignanen tartalom található, valamint telítetlen zsírsavak vannak.

Mi a hibiszkusz?

Tajvani kutatók nézete szerint a hibiszkusz virág kivonatának ugyanolyan pozitív hatása van az emberi szervezetre, mintha az ember teát és bort fogyasztana. A hibiszkusz támogatja az emésztést. Ezen kívül szomjoltó italként, frissítőként is használják.

A **hibiszkusz** (hibiskus sabdariffa) egy a mályvafélék családjába tartozó eredetileg Kínában és Tajvanban honos növény.

Mi a fruktóz?

Fructose= gyümölcs eredetű cukor, gyümölcsökben és mézben fordul elő.

Milyen jelentősége van a juharszirupnak?

A juharszirup az amerikai és kanadai juharfákból nyert szirup. Az italoknak különleges jelleget kölcsönöz, ha a cukorszirup helyett juharszirupot használunk. Sok ásványi anyagot de alig valami vitamint tartalmaz. A jó minőségű juharszirupnak világos borostyánszíne és gyenge aromája van.

Milyen tulajdonsága és haszna van a B6 vitaminnak?

A B6 vitamin (alternatív neve: Pyridoxin). **A B6 vitamin hatása:** A B6 vitamin fontos a fehérje-anyagcsere és az idegrendszer számára.

- fontos funkciója van a fehérje-anyagcserében
- sejtosztódás anélkül, hogy gátolná testünk növekedését
- idegrendszer, az impulzusok szállításához
- a lelki állapotra és az agyműködésre gyakorolt befolyás

Hiányát jelző tünetek:

- étvágytalanság / fáradtság
- bőrelváltozások/ bélpanaszok
- súlyosabb esetekben: máj és neurológikus zavarok, izomsorvadás

Milyen tulajdonsága és hatása van a C-vitaminnak?

A C-vitamin: (alternatív neve: ascorbin sav.) A C-vitamin vízhajtó, igen hatékony antioxidáns, amely védi a sejteket.

- befolyásolja a bőr rugalmasságát és sebgyógyulást
- kötőszövet, bőr és csontképződés szimulálása
- biológiai méregtelenítő faktor
- erősíti az immunrendszert

Hiányt jelző tünetek:

- fertőzések előfordulása
- lassú sebgyógyulás
- étvágytalanság/ fáradtság
- vérszegénység
- zavart szívműködés

Milyen tulajdonsága és haszna van a Beta-karotinnak?

A **Beta-karotin** segít, a sejteket és az immunrendszert stabilizálni. **PI:**

- szemműködés
- nyálkahártya és bőrképződés
- csontnövekedés
- az immunrendszer megerősödése
- rák megelőzés
- megfelelő adagolásnál véd a napsugárzástól és segíti a barnulást

Hiányt jelző tünetek:

- látászavarok/ homályos látás
- egyensúlyzavar, belső fül károsodása
- bőrelváltozások (pörsenések, pikkelyes, száraz bőr)

Milyen tulajdonságai és hasznai vannak a B12 vitaminnak?

B12 vitamin fontos az izomenergia felhasználásban, és az idegi anyagcserében,

- feladat az anyagcsere területén.
- Vörösvérsejtképzés
- Növekedési folyamatot eredményez
- Izomenergiát halmoz fel

Milyen tulajdonsága és haszna van a magnéziumnak?

A **Magnézium** az enzimek aktivizálása által a csontnövekedéshez, energiataralékoláshoz járul hozzá

- minden az energiaképzéshez fontos enzim aktivizálása
- akadályozza a görcsképződést, valamint fizikai munka során energiát és kitartást kölcsönöz.

Jelentkezhetnek-e allergiás tünetek a Kinetó fogyasztásánál?

Vegye figyelembe a következőket:

Utasítás: Amennyiben valamelyik összetevőre allergiás, ne fogyasszon WellStar Kinetot! Amennyiben **különleges allergiája** van (pl. ételallergia) először csak kevés mennyiséget fogyasszon a Kinetoból.

Ha a következő nap nem lép fel allergiás tünet, lassan növelje a dózisokat és a harmadik naptól, amennyiben nem léptek fel allergiás tünetek, a teljes előírt adagot fogyaszthat a Kinetoból. Tanács: fruktóz érzékenyek ne fogyasszanak Kinetot. Magas koffeintartalma miatt (100 ml/ 32mg a hígított kész italban) a termék csak korlátozott mennyiségben fogyasztható. Gyermekek, terhes nők és koffeinérzékenyek számára nem alkalmas. Ne keverjük alkohollal.



Szakértői Vélemény

2007. 02. 12-én érkezett megbízásukat elfogadtuk és a kért vizsgálatokat a Welstar GmbH & CO KG (Németország 10969 Berlin Koch str 22.) részére elvégeztük.

Vegyi, Élelmiszeripari
És Környezetvédelmi
Szakág Laboratórium
Budapest, 2007.04.24.
Ikt.szám:2007/2-00021/A
1/3

Részletezés a 2007/2-00021/1 számú Vizsgálati Jelentésben

A mintaként beérkezett **Wellstar genio natural mind balance (750 ml)** és a **Wellstar kineto natural body power (750 ml)** vitaminnal dúsított, koffein tartalmú ital koncentrátumok érzékszervi tulajdonságai megfelelőek. A megadott hígítási arány mellett készíthetők belőle frissítő italok.

A sűrítvények koffein tartalma megfelelt a specifikációban megadottaknak, valamint a hígított italokban deklarált értékeknek.

Szűrőpróbaszerűen mért C-vitamin tartalmuk a törés figyelembe vételével kielégítették a specifikációban megadottakat, valamint a hígított italok deklarációját. C-vitamin tartalmak, valamint a dokumentációban feltüntetett vitamin tartalmak kielégítették a Magyar Élelmiszer Könyv (MÉ) 1-1-90/496 számú módosított előírást (Az élelmiszerek tápérték jelölése) követelményeit. Ezen előírás összhangban van az Európai Közösségek Tanácsa 90/496/EKG irányelvével.

Tartósítószer tartalmuk megfelelt az MÉ 1-2-95/2 számú (4. módosított kiadás 3. sz. melléklet) előírásnak, mely megfelel az Európai Parlament és Tanácsa 1995. február 20-i 95/2/EK irányelvének, valamint az azt módosító Európai Parlament és Tanács 1995. december 19-i 96/85/EK, 1998. október 15-i 98/72/EK, 2001. február 12-i 2001/5/EK, 2003. június 18-i 2003/52/EK, és 2003. december 22-i 2003/114/EK irányelveinek.

Személyes
OTP Bank NYRT. Budapesti Fiókja
SWIFT KÓD (BIC) OTPMUNH
Telefon: 1170891-3330958

Céginformációk: 31.03.464276
Bé: A Fővárosi Bíróság Cégbírósága
Adószám: 12072112-2-47
Közösség adószám: HU/2072112

Telefon: +36 1 310-4570
Fax: +36 1 314-3820
E-mail: kerm@kerm.hu
www.sud-ewad.de/kerm

TUV SUD KESZHU
H-1098 Budapest, Jászai Mari
Levelezési cím: 1447 Budapest, Pf. 555



Mikrobiológiai tisztaságuk a vizsgált mikroba tekintetében kielégítették a 4/1998. (XI. 11.) EüM számú rendeletben előírtakat, valamint a 2073/2005/EK rendeletben előírtakat. (Az élelmiszerek mikrobiológiai kritériumairól)

Toxikus fémtartalmuk megfelelt a 17/1999. (VI. 16.) EüM számú rendeletben előírtaknak.

A termék mesterséges élelmiszerszínezéket nem tartalmaztak, mely a specifikációban előírtakat igazolják.

Az I. és II. mellékletként általunk csatolt és készített címkétervezetek szövegrészei a kötelező jelöléseket tartalmazzák, - azzal az összetétellel, amely termék Magyarországon kerül forgalomba -, és az Önök által benyújtott idegen nyelvű feliratokkal összhangban vannak.

Az általunk készített címkétervezetek feliratai megfelelnek a többszörösen módosított 19/2004. (II. 26.) FVM-ESZCSM-GKM együttes rendeletében előírtaknak, mely az élelmiszerek jelöléséről szól, valamint a tápérték jelölése kielégíti az MÉ 1-1-90/496 számú módosított előírást, mely az Európai Közösségek Tanácsa 90/496/EGK irányelvének megfelelését szolgálja.

A címkék készítésénél figyelembe vettük az Európai Parlament és Tanács 1925/2006 EK rendeletét (2006. dec. 20.), amely a vitaminok ásványi anyagok és bizonyos egyéb anyagok élelmiszerhez történő hozzáadásáról, valamint az Európai Parlament és Tanácsának 1924/2006/EK rendeletét (2006. december 20.), amely az élelmiszerekkel kapcsolatos tápanyag-összetételére és egészségre vonatkozó állításokról szóló előírásokat tartalmazza, amelyeket 2007. július 1-től kell alkalmazni.

A 2007. július 1-je előtt forgalomba hozott vagy felcímkézett élelmiszerek, amelyek nem felelnek meg e rendeletnek a lejárat idejükkig, de legkésőbb 2009. december 31-ig hozhatók forgalomba.



E két rendelet teljes egészében kötelező és közvetlenül alkalmazandó valamennyi Tagállamban.

Az alkalmazott vitamin vegyületeit a címkén nem kell jelölni Magyarországon az élelmiszerekhez az alábbi vitaminok vegyületei adhatók:

- C-vitamin: L-askorbinsav, nátrium-L-askorbát, kalcium-L-askorbát, kálium-L-askorbát, L-askorbil-6-palmitát
- Niacin: Nikotin sav, nikotinamid
- Pantotensav: kalcium-D-pantotenát, nátrium-D-pantotenát dextranthenol
- B₆ vitamin: piridoxin-hidroklorid, piridoxin-5'foszfát, (piridoxin-dipalmitát ez 2007. 07. 17-től)
- B₁ vitamin: tiamin-hidroklorid, tiamin-mononitrát
- Folsav: pteroilmonoglutaminsav
- Biotin: D-biotin
- B₁₂ vitamin: ciano-kobalamin (hidroxo-kobalamin ez 2007. 07. 17-től)

A címke nettó térfogatánál lévő számsort 750 ml esetében legalább 4 mm betűmagysággal, a mellette lévő e betű nagysága szintén legalább 4 mm kell hogy legyen.

A TÜV-SÜD KERMI számát nem kötelező jelölni. Amennyiben szeretnék ráírni, az a következő: 2007/2-00021

Gombkötő János
Gombkötő Jolán
témafelelős



Süvegcsé Váradi Gabriella
Szűvegcsé Váradi Gabriella
szakigazgató



Copyright by Keywan Grashoff, WellStar GmbH & CO. K.G.,
Kivonatos utánnyomások terjesztésének, sokszorosításának, fénymásolásának,
bármilyen hangfelvétel készítésének –a kivonatosokét is- valamint hanghordozók
bármilyen fordításának, kivonatos utánnyomásának, kiadásának internetes
oldalakon, rádióban vagy televízióban, valamint filmes fordítások, terjesztések,
sokszorosítások, Power Point prezentációk, televízió, rádió, fax és E-mail fotós
terjesztésénrk jogát fenntartjuk. Ezek megsértése kivétel nélkül jogi büntetést
von maga után.
(2004. December 12.)

**Amennyiben további kérdései vannak a WellStar Green Gold –
termékekkel kapcsolatban, forduljon a következő elérhetőségekhez:**

WellStar GmbH & Co. KG
Charlottenstraße 4 in 10969 Berlin - Germany

Internet: www.wellstar-products.de
Telefax: 0049 (30) - 47 37 28 - 19

Wellstar GmbH & Co. KG (Berlin-i Székhely, AG Charlottenburg, HRA 34621)
Üzletvezetés:
Wellstar Beteiligungs GmbH (Berlini Székhely, AG Charlottenburg, HRB 90176)
Ügyvezető: Keywan Grashoff