

[モニター隊員3名がMUSASHIを体験レポート]



モニターが体感したMUSASHIの威力 猛暑を乗り切る 魔法の水

MUSASHIのサポートをうけるモニターライダー3名がついに決定。
日々のトレーニングから、11月開催の「龍勢ヒルクライム」まで
効果的な摂取方法とその効果を、彼らの声をもとにレポートしていく。

PHOTO:Hitoshi ITO, Shingo NITTA TEXT:BICYCLE CLUB

RECOMMEND



エネルギー補給と水分摂取
2つが効果的に行える

REPLENISH「リプレニッシュ」

価格:2,310円(10袋入り)、5,985円(30袋入り)

粉末を水に溶かして摂取する。水分補給はもちろんのこと、4種類の糖(ショ糖、マルトデキストリン、ブドウ糖、果糖)が含まれているため1袋(35gで500mlの水に溶解)で125kcalのエネルギーが摂取できるとくに水分摂取が重要な夏場に最適なサプリメントだ



リカバリー用のアミノ酸 BCAA NI「ニー」

価格:1,596円(スティック3g×8本)

粉末を水などと一緒に摂取する。必須アミノ酸BCAA(バリン、ロイシン、イソロイシン)をブレンドし、リカバリーを目的にしたサプリメント。運動中や運動後に摂取しよう

次回は通称・乗鞍に出場した隊員が 「ニー」のレポートを展開予定

8月29日、ミナミジマ隊員とササガ隊員が「全日本マウンテンサイクリングin乗鞍」に出場。ロングライドはもちろん、短時間で極限まで疲労するヒルクライムレースで、「ニー」の効果をレポートする。同レース初出場であったササガ隊員も驚きの効果があったようだ

モニターライダーも実感
一挙両得のサプリメント

11月開催の「龍勢ヒルクライム」レースへの過程で、モニターライダーがMUSASHIを長期的に使用し、その効果をレポートする今企画。モニターには実業団TRクラスのレースで入賞を目指すミナミジマ隊員と、スポーツバイク歴は短い最年少のササガ隊員、そしてレースは未経験だがロングライド好きの女性モニター、ツチャ隊員の3名が選ばれた。彼らは揃って「MUSASHIで速くなりたい、無理なく減量したい」と願うサイクリスト。目標に向けたトレーニングのなかで、MUSASHIがどんな役割を果たしてくれるのかを紹介しよう。

猛暑に見舞われた今夏はとくに、ライディングの基本中の基本である水分とエネルギーの摂取に気をつけなければならぬ。なぜなら大量の汗をかくため普段よりこまめな水分摂取が必要とされ、また暑さのため食欲が減退しがちであるからだ。通常の水やスポーツドリンクではエネルギー摂取は期待



都内某所に集まった3名のモニターライダー(左からミナミジマ隊員、ツチャ隊員、ササガ隊員)。スポーツバイク歴やレベルは異なれど、「MUSASHIで走りレベルアップさせたい」という思いは同じなのだ

しづらいが、「リプレニッシュ」は1ドリンクで125kcalものエネルギーを補給できる。また口当たりもさわやかで、温かくなっても飲みやすい。「身体に取り込まれやすいため、トイレに行く回数が減った(ツチャ隊員)。週末のロングライドでも空腹感を感じにくくなった(ミナミジマ隊員)」とモニターライダーもコメント。体調管理やライディングに大きく影響するMUSASHIは、どんなサイクリストにも実感しやすいサプリメントなのだ。

無理なくトレーニングが行えたミナミジマ隊員が 「東京ヒルクライム成木ステージ」で3位入賞

8月15日、東京都青梅市で行われた「東京ヒルクライムNARIKIステージ」に、随一の健脚者であるミナミジマ隊員が会場。「リプレニッシュ」と「ニー」での体調管理が功を奏し、見事3位表彰台を獲得!「リプレニッシュはドリンクなのにエネルギーも多く摂取できるので、無駄なカロリー摂取がなくなり、体重の管理にも役立ちました」。



右/レベルの高い同レースで3位は立派。11月も表彰台を狙う。左/レース後は「ニー」を摂取。必須アミノ酸BCAAでリカバリーを狙う

夏バテ
知らず