

[ MUSASHIのサプリメントでヒルクライムにチャレンジ! ]

# 一発勝負に効くサプリ “チェン”の威力

「龍勢ヒルクライム」を目前に控え、コースを試走したモニターの3人。そんななか、レース経験の少ないツチャ隊員がコッソリ摂取したのが「チェン」。試走とは言え万全に準備を整えたことで、目標とするタイムが見えた。

試走だけど、  
コッソリ飲んじゃお



RECOMMEND

集中力を高め、  
レース直前のエネルギー源となる

[L-アルギニン]、[グリシン]、[L-メチオニン]とアミノ酸を主成分とし、レース前やレース中に摂取するMUSASHIのサプリメント。アミノ酸独特の風味で最初は飲みにくい、「こご一番」ですぐに使えるエネルギー源が含まれている。チェンでエネルギーを補給することで準備万全、高い集中力を保ちながらレースに臨むことができる

CHEN [チェン]

価格:5,880円(150g入り)、3,045円(66g入り)



## 「龍勢ヒルクライム」のコースを隊員が試走 MUSASHIを使った3人の直前対策とは?

11月14日開催の「龍勢ヒルクライム」で走るコースを試走した3人。タイムとともに日々の過ごし方や体質、トレーニングを振り返ることで、それぞれにもっとも適したサプリメントが見えてきたようだ。



### 入賞候補のミナミジマ隊員 目指すは表彰台?

数々のヒルクライムレースで入賞経験をもつミナミジマ隊員。以前にも走ったことがあるように、試走当日も余裕の表情。試走の結果は約42分とかなりの好タイム



### 余裕(?)で走りきった ツチャ隊員 目指すは女子クラス 1桁順位

「新調したホイールの調子も良く、気持ちよく走れました」と紅一点らしく、常に笑顔で試走を終えたツチャ隊員。ロードバイク歴は2年ほどだが、60分切りも見える好タイムで走り終えた。しかし、どうやら決してレース慣れしているとは言えない模様。当日、最高のパフォーマンスが出せればレディースクラスで上位も夢じゃない



### 体力自慢のサスガ隊員 試走しておいてよかった

試走前に一度全員で下見したのに、なんとコースを間違えて走ってしまったサスガ隊員。「これで当日は間違えずに走れます(笑)」。若い力を維持して走りきれようか

### トレーニング回数が多いので疲れを残さない「ニー」

トレーニングの日数も多い彼。できる限り疲れを次の日に残さないためにも、リカバリーに最適な「ニー」を積極的に摂取して、万全の体調でレース当日を迎えたい

目標タイム:40分前半

### 大きなレース経験が少ない紅一点 本番に大きな力を発揮するため「チェン」を

「レース直前、補給はどんなタイミングで何を摂ったらいですか?」と、経験不足からくる緊張や補給の失敗に備えるためには「チェン」の摂取がオススメ。吸収力が高いため、走る直前の摂取でも問題ない。これがオニギリやパンなどの食品では体内に吸収されるまで時間がかかるので、スタート前から逆算して食べる必要があるのだ。「チェン」は思ったほど飲みにくい味ではなく、飲みやすかったですね

目標タイム:60分切り

### 脚がつかないように「リプレニッシュ」で補給

高い負荷を一定時間維持しなければならぬヒルクライムレース。水分補給もおろそかにできないため、「リプレニッシュ」で水分補給とエネルギー補給の両方を行う

目標タイム:60分前半

### 「勝負サプリ」とともに いざ、決戦の地へ

MUSASHIの力を借りて、3人の一般モニターライダーがヒルクライムレースで好結果を目指す今企画。彼らは直前にセマッタレース「龍勢ヒルクライム」に向け、目標タイムを設定すべく試走を行った。3人のうち、大きなレース経験が少ないツチャ隊員が気にしていたのが「レース直前の補給」。何をどのくらい、どんなタイミングで食べると、最高のパフォーマンスが出るのかがわからない。普段のライディングでは結構多めに食べてしまいます。それがパフォーマンスにどう影響するのでしょうか?」とのこと。そんなライダーにオススメなのがMUSASHIの「CHEN(チェン)」なのだ。チェンはL-アルギニン、グリシン、L-メチオニンという3つのアミノ酸を主成分としており、吸収力が高いため運動するまでの時間をあらかじめ逆算して摂取する必要もない。ヒルクライムレースのように途中で頻りに補給してられない状況では、「上りきるために必要なエネルギー」をレース前にしっかりと摂っておく必要がある。チェンは、まさにヒルクライムのような「短期決戦」にぴったりのサプリメントで、3種類のアミノ酸が摂取後、筋肉に即働き、力強い走りをサポートしてくれる。飲んだら、すぐに力がわいてくるのを感じるユーザーが多い。試走を終え、本番で目標とするタイムも決まった3人。猛暑であった今年の夏も順調にトレーニングをしながら乗り切ることができたのも、何よりこの日のためのもの。次号ではその結果と、3人をサポートしたMUSASHIの効果を詳しくレポートしよう。

NEWS

### ライディングのお供に。多機能ドリンク

粉末を水に溶かして摂取するタイプのリプレニッシュ。摂取することで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袋で125kcalのエネルギーも摂取できる、お得なサプリメントだ



REPLENISH  
[リプレニッシュ]

価格:5,985円(30袋)、2,310円(10袋)

### 身体のリカバリーに最適なアミノ酸BCAA

「ニー」の成分であるBCAAはロイシン、バリン、イソロイシンの総称。身体でみずから作り出すことができない9つの必須アミノ酸のうちの3つだ。BCAAは運動時に筋肉の修復に利用されるため、足りなくなると筋肉痛や筋肉疲労が起こってしまう



NI [ニー]

価格:12,495円(300g)、7,035円(150g)、4,095円(66g)、1,596円(スティック3g×8本)