

奥武蔵でMUSASHIの効果を実感!!

MUSASHI@奥武蔵
ウルトラマラソン
チャレンジ



8月2日に開催された第16回奥武蔵ウルトラマラソンに挑戦したMUSASHIチャレンジャーたちは、5人全員が目標タイムを達成した。アップダウンの続く77kmの厳しいコースを走り抜いたチャレンジャーたちは、各給水所で口にした多機能リカバリードリンクの「リプレニッシュ」と、要所で摂取したリカバリー専用アミノ酸「ニー」の効果を実感した。

インフィニティ株式会社 INFINITY ENTERPRISES, INC.
〒150-0031 東京都渋谷区恵比寿3-3-6 滝澤ビル
フリーダイヤル 0120-634-844
携帯・PHSから 03-3442-4712
MUSASHI アミノ酸 検索

レース中に筋肉の疲労感が全くなく、後半にはビルドアップしていた

8時間34秒
稲田理恵子 (29歳)
神奈川県
ダイエット目的で1年10カ月前に走り始める。2008年3月の湘南マラソン30kmでレースデビュー。同11月の湘南国際(フル)を3時間47分で完走。09年5月の野辺山100kmは73kmでリタイア(約9時間)。

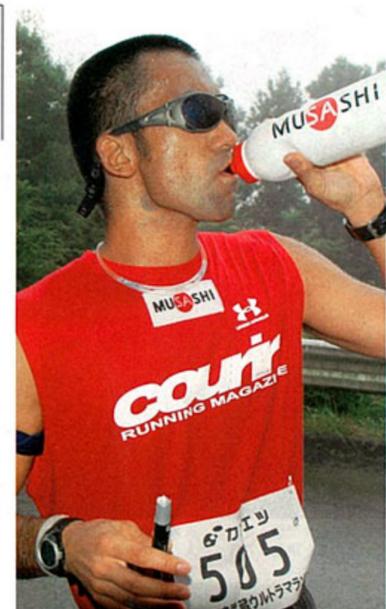


レース中はほぼすべてのエイドでリプレニッシュをとりました。スポーツドリンクだけだと口やのどが乾いた感じになったり、水と交互にとります。けれど、リプレニッシュは連続してエイドで飲み続けても、口やのどがすっきりしていません。酸味が強くて、クエン酸の酸味が苦手な私にはとても飲みやすく、おいしいと思いました。何より、後味がサラサラしているのがよかったです。二は約20kmごとに3回とりました。サラッとしていて「あれ??」口にちゃんと入ったかな?と袋を見てみると空っぽになっていました。粒子が細かくて軽く不純物が入っていないことから量も少ないのでしょうか。ちよっと傾け



リプレニッシュは、ドリンクなのにお腹が減らないのに驚いた

6時間57分4秒
池 伸太郎 (30歳)
東京都
キックボクシングをやっていた頃のロードワーク好きが高じて、2年半前からレースに出場。フルのベストは3時間13分11秒(2009かすみぐらうら)。08おんたけウルトラトレイルは15時間15分で完走。



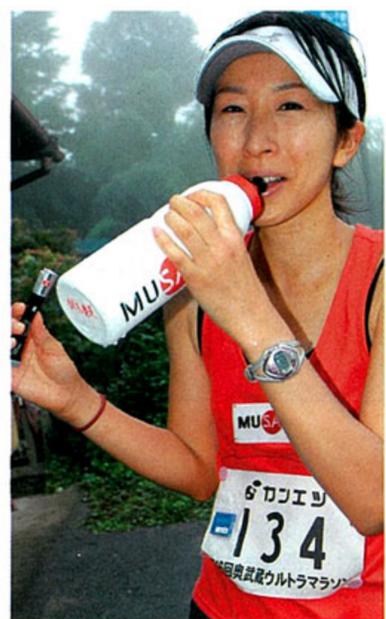
「ドリンクなのにお腹が減らない」というのは、私には長いレースのときもいつもおにぎりやパン、ゼリー飲料などを決めて食べているのですが、今回はリプレニッシュと二と水で、ほぼ乗り切ることができました。これは本当に驚きです。2回に1回くらいの割合でエイドで補給しましたが、リプレニッシュ以外全く必要としませんでした。1回の補給でコップ2杯ほどを飲むと、次の補給まで全く空腹感がありません。また、自分はレース中盤以降、ふくらはぎのつりに悩まされてきました。前半の上りであれだけふくらはぎを酷使していても、後半の下りですることなく気持ちよく飛ばせたのは、リプレニッシュの影響が大きいのと思います。30km、60km地点でいただいた二も大変効果的でした。前日の夜から摂取を開始しましたが、補給してはしばらくすると足の運びが戻ってくるのが、しっかりと実感できました。感覚としては、補給前は関節がユラユラしていたのがカチツと元に戻って、キックに力が入るような感じでした。そして、残り12km地点で最後の二をリプレニッシュと同時に補給しました。そこから、また一段ギアを上げることができました。最後の平地も、いつものレースであれば歩くようなペースになることができ、目標としていた7時間間を切ることもしつかり達成して大満足でのゴールとなりました。

エイドの豪華な給食を楽しみながら、1度もトイレに行かず、笑顔でゴール!

9時間14分48秒
鈴木磨美 (30歳)
神奈川県
お尻が垂れてきたのを解消するために走り始めて3年。フルマラソンのベストは2008長野の4時間16分17秒。ウルトラには11回目の出場で、100kmのベストは19thチャレンジ富士五湖の13時間23分。

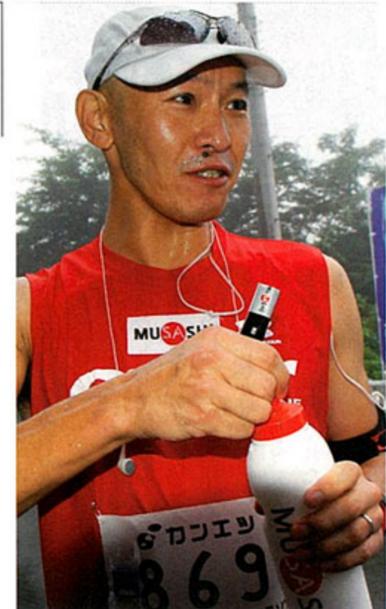


私はレースのとき、いつもトイレの心配をしています。40kmの間にも7回もトイレに行きたこともあります。電解質やミネラルがうまく吸収できなくて下痢をすることもしばしばです。リプレニッシュは排泄しなくて済むような体には無駄なものが入っていません。吸収も早いので、24カ所すべてのエイドステーションで飲みました。お腹が張ることもなく、1度もトイレに行かずに済みました。吸収の速さが違う糖質が何種類か含まれているので、ハンガリーノックを起すこともありませんでした。おかげで胃腸の調子もよく、たくさんのおいしいものを用意していただけることも有名で奥武蔵ウルトラマラソンを、最後まで調に走ることができました。



吸収力がすごい。8時間の間にトイレに行つたのはわずかに2回だけ

7時間54分
塚本豪一 (41歳)
神奈川県
39歳から走り始めて、走歴は2年足らず。フルマラソンのベストは2009東京マラソンでの3時間29分(ネット)。ウルトラは、チャレンジ富士五湖(72km)のみで、タイムは7時間40分。



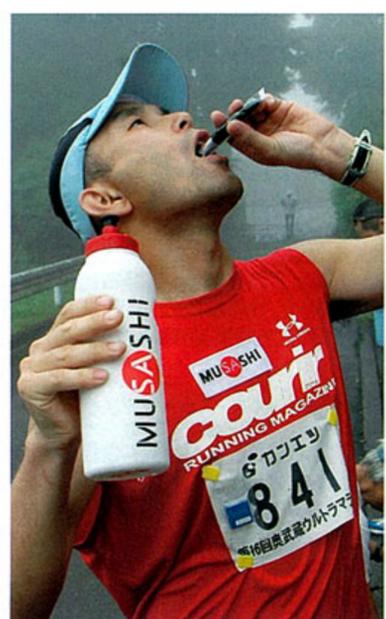
リプレニッシュは、以前にも一度ウルトラマラソン(4月の72km)の際に使用したことがあるのですが、エイドで供給されるドリンクなどの併用だったので、正直効果がよくわかりませんでした。今回はエイドステーションごとにリプレニッシュを用意していたので、レース中はずっと飲んで、その吸収性に驚かされました。かなり冷やしたリプレニッシュを出していただいたエイドもあったのですが、ミネラルウォーターのように飲んだあとで、胃の中で液体が揺れているような感じや脇腹が痛くなることは皆無でした。浸透性とおそらく表裏一体なので、お手洗いにいく機会もほとんどなく(8時間近くの間は1回だけ)、そこで口スグ生じなかったことがタイムにも大きく影響したと思います。二は、特にパフォームンスが急激に低下する上り坂の前に飲むと、スタミナの回復が早いように感じられました。変に味がついていないところも、奥武蔵のように内臓への負担もきついハードなコースには最適。奥武蔵同様に変化に富んだコースを走るトレイルランのレースに出るなら、ハイドレーションの中に必ずリプレニッシュを入れ、ザックのポケットに二を入れておきたいと思いました。念のために翌日に休みをとっていただけですが、予想外に疲れもなく、階段も普通に下りられます(笑)。さすがにランは無理なので、クールダウンも兼ねて、プールで1000mほど泳ぎました。

ニーを飲んだあと、3分後くらいにターボがかかったように体が軽く感じられた

9時間21分41秒
鈴木 肇 (40歳)
埼玉県
山登りをしている、友達にハセツネに誘われたのをきっかけにトレランを始める。ウルトラマラソンは今年のチャレンジ富士五湖が初めてで80km(11時間)でリタイア。フルベストは3時間41分(荒川)。



リプレニッシュは、以前からトレランや、これという勝負レースのときに飲んでいました。ときどきというよりは、ほかのスポーツドリンクより高価なイメージがあったり、高嶺(高値)の花だったから(サラリーマンの小遣いには、つい安いものに手が出してしまう。まるでリプレニッシュはビールであり、僕がいつも飲んでるのは第3のビールですね)。そのリプレニッシュを今回は、エイドごとにいただけで、なおかつ二までいただけたらなんて完走できないわけがありません。10km辺りからお腹がゴロゴロしてきてつらくなりました。前日の食はず(気合のあまり)と雨による冷えてトイレに直行でした。先のこと悪夢のように脳裏をよぎりました。ぎりましたが、エイドごとにリプレニッシュを飲んでみるとお腹が回復してきました。いつもはこのパターンだと、ドリンクを飲みたけれど飲むと、リプレニッシュが続きませんが、リプレニッシュはお腹を調整してくれているよう助かりました。二は、飲んで3分後くらいにターボがかかったように体が軽く感じられ、自分の能力以上の力(パワー)が出たように脚が前に進みました。レースの翌日は、いつもと違う状態を体感しました。もちろん関節や筋肉の痛みはありますが、すっきりとした感じがすぐにでも走れそうでした。MUSASHIのリプレニッシュと二は、当分やめられそうにないので飲み続けていきたいと思っています。



MUSASHIチャレンジ第2弾 挑戦者募集! MUSASHIのサプリメントを使用し、フルマラソンでサブスリーに挑戦する男性2名、3時間15分突破を目指す女性2名を募集します。11月中のフルマラソン大会にエントリーしている方に、MUSASHIのサプリメントを提供し、トレーニング経過とレース結果を本誌でレポートします。詳細は90ページに。