

「MUSASHI」体感レポート MUSASHIでレベルアップを実感

編集部で選んだ3人のクライマーにアミノ酸・MUSASHI (ムサシ)のモニターをお願いした。モニター期間は約2週間から約1カ月。この体感レポートを紹介しよう。

構成・文=養和田一洋



京 静さん (大阪/CRUX)

「ヒジのケガの回復期にJOINT (ジョイント) を飲みました。もう前傾壁が登れます」

京さんのクライミング歴は約2年。介護施設の栄養士として働き、仕事のあとにクライミング、というパターンだ。多いときには、週4日はクライミングジムに通うという。しかし、この3月にヒジのケガでクライミングを2週間、中断した。「クライミングジムでのボルダリングで、終了ホール付近からフォール。このとき、ヒジから落ちてしまったのです」

骨に異常はなかったものの、ヒジを伸ばすこともできず、生活に支障が出るほどのケガ。ちょうど、ケガから少しずつ回復しているときにMUSASHIのモニターを始めた。

「ケガのあと、まずは傾斜のない壁でリハビリ的なクライミングから始めました。そろそろ本格的に登ってみようかなというときに、なじみのクライミングジム「CRUX」からMUSASHIのモニターを紹介されたのです。そこで、さっそくJOINT (ジョイント) とNI (ニー) を飲みはじめると、ヒジの調子がよくなっていき、約140度の前傾壁も登れるようになりました」

ケガや故障からの回復には、まずは適切な治療が必要。京さんは「そのサポートとしてMUSASHIを活用したことで、よりスピーディなリカバリーができたかも」と話してくれた。

白数裕太さん (東京/T-WALL江戸川橋)

白数さんは、早稲田大学スポーツ科学部の3年生。朝夕、新聞配達をして大学に通い、クライミングは週4日こなす。睡眠時間は3時から4時間。しかし実際に会うと、そんな多忙な毎日を過ごしているとは思えないほど、明るく健康的な印象だ。

「今回、アミノ酸を初めてマジメに飲みました。すぐに驚いたのは、JOINT (ジョイント) です。指のふしぶしに実感があり、すごいですね。」

NI (ニー) は、眠りの助けになるのではないのでしょうか。睡眠のゴールデンタイムといわれる22時から1時までは眠って体力の回復を目指しているのですが、NI (ニー) を飲むことで、いい睡眠ができると感じました。

REPLENISH (リプレニッシュ)。これは、おいしい。水がのどを通過した瞬間に体に吸収されていくようなイメージです。おなかに水がたまる感じがしないのがいいですね」

白数さんは「今回、アミノ酸は飲むタイミングが大切だとわかりました」と話す。クライミングの終了直後、空腹時、寝る前に飲むことで、よりMUSASHIを実感できたそうだ。

「MUSASHI (アミノ酸) は飲むタイミングが大切ですね。クライミング直後に飲むと、実感が違います」



重信圭希さん (東京/ライノ&バード)

「クライミングの翌日に早朝からの仕事の予定があっても、NI (ニー) があるから大丈夫と思えるようになりました」



クライミング歴は約2年。今回、ほぼ初めてのアミノ酸体験になる。

「最初にNI (ニー) を飲んだ翌朝、起きたときの体のコンディションがいつもと違い、驚きました。疲れがほとんど残っておらず、爽快に目覚めることができたのです。今まで、次の日が仕事で朝早いときは、クライミングジムや岩場に行くのを控えていたのですが、NI (ニー) があるから大丈夫かな、と思えるようになりました。社会人にはとてもありがたいひと品ですね」

疲れもたまりにくいから、2日や3日、続けて登っても体もつよようになったとも。クライマーの天敵、指の故障についてはどうだろうか。

「JOINT (ジョイント) を飲む前、指の関節と手首を、痛めてはテーピングでしめて登っていま

した。特に岩場でのクライミング後は、指の関節は痛いし、指の皮も削れる。だから、翌日はレスト (休息) しないとつらかったのですが、JOINT (ジョイント) のおかげで、岩場も格段に楽しめるようになりました。

クライミングジム「ライノ&バード」でもほとんどの上級者がMUSASHIを愛用していますが、うまくなりたい初級者、中級者こそ、こういうサプリメントに頼ったほうが効率はいいのではないのでしょうか」

その後、目標の課題だった、御岳のデッドエンド (1級) に成功。「きっとMUSASHI効果です」と重信さんは喜んだ。



クライマーの定番/

「MUSASHI」のアミノ酸

リカバリーに
NI (ニー)



大 (300g) 12,495円
中 (150g) 7,035円
小 (66g) 4,095円

NIスティック
(ニー)



1箱8本入り 1,596円

リカバリーに目的を絞って配合されたBCAA (分岐鎖アミノ酸)。余分な味付けもなく、細かい粉末なので、クライミングで破壊された筋肉にすばやく届きます。「NI (ニー) スティック」は、携帯に便利なスティックタイプで、1スティックが1飲分 (3g) です。

指のコンディションサポート
JOINT (ジョイント)

グルコサミンが主成分のサプリメント。体のふしぶしをサポートします。特に指のコンディション維持が大切なクライマーに人気。「NI (ニー)」と併用するのがおすすめです。併用する場合は、「NI (ニー)」を飲んだあと、20分ほど時間をあけてから飲んでください。



大 (448g) 18,900円
中 (224g) 10,080円
小 (100g) 5,040円

ピークパフォーマンス維持に

REPLENISH (リプレニッシュ)



500ml用×10袋 2,310円
500ml用×30袋 5,985円

水を最大限に生かすための飲料。長い時間のピークパフォーマンス維持を目的とします。人工甘味料を使わず、自然の糖類を使用しています。

MUSASHI

MUSASHIは、1987年、オーストラリアで誕生。スポーツの健全な向上を支え、健康な生活を維持するための本物のサプリメントをつくることを理念にした商品開発は、多くのアスリートからの支持を得ている。

©インフィニティ株式会社MUSASHI事業部 ☎0120-634-844 携帯電話・PHSからは☎03-3442-4712

MUSASHI アミノ酸 検索 クリック