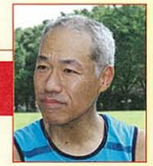
モニタースタートから6カ月。MUSASHIの力を実感し、トレーニング効果に大満足の声

6カ月に渡ったモニター企画もいよいよ最終回。
目標を達成した人も、これからレースを迎える人も
その効果を実感し、使用前との体の変化を報告してくれました。
まだまだ続くロードレースシーズン。
もうMUSAHIが手放せなくなったようです。

写真／BBM
協力／リスタート・ランニング・クラブ
（代表、石川哲行）

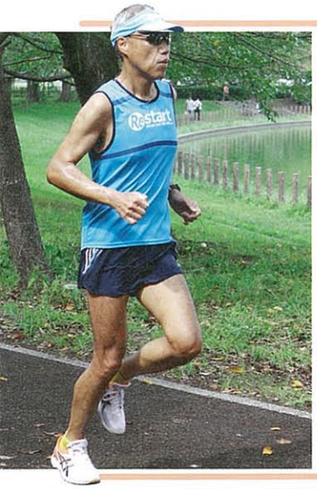
リスタート ランニング クラブ Restart
RESTART running club
会員制ランニングクラブ。都内、多摩地区、埼玉、湘南で練習会を開催中。詳しくはクラブのHPで。http://jrestart.jp

春川和夫さん(51歳)



【目標】フルマラソン3時間5分以内

ニーを飲んでから スピード練習の内容が充実



2008年にサブ3をマークしてからなかなか結果を出せず、練習内容や休養の方法を模索してきました。このモニター企画への参加もそのチャレンジのひとつでした。そして期待通りMUSASHIは十分に私のトレーニングを変えてくれました。

ニーを飲み始め、1カ月後くらいからスピードをあげたポイント練習ができるようになったのが最大の変化だと思います。それまでは疲労感からジョグしかできなかったのですが、体に疲労が蓄積されにくくなったのでしょう、週末の練習メニューも立てやすくなり、しっかりこなすことができました。

リプレニッシュは飲みやすさと浸透性に長けていることが特徴で、過去に使用したどのドリンクよりもよかったと思います。特にこれまで夏場は給水してもすぐにのどが渇いてしまっていたのですが、その持ちが格段によくなり、練習中の集中力も維持できました。

11月の大阪マラソンは、大会直前に足の指を打撲してしまい、25kmまでペースを維持できませんでしたが、レース後にニーを飲み、次へと備えています。これからも、MUSASHIとともに頑張っていきます。

江原晴美さん(36歳)

【目標】フルマラソン4時間以内
⇒11月3日に達成！

仕事と育児をこなしながら目標達成。ニーの回復力に驚き

私はもともとダイエットや体力維持のために走り始めたので、これまで水以外はほとんど飲んでいませんでした。しかし、リプレニッシュはほかのスポーツドリンクと比べカロリーも低いので、気にせず飲めます。味もおいしく、これなら長く飲み続けられると思いました。

私は11月に目標を達成できましたが、それはニーの回復力のおかげです。ハードな練習をしても、筋肉痛になりづらく、練習が継続してできたために、走力を高められたのです。また、レースが近づいてからは、練習を行わない日でもニーを飲み続けることでコンディションが上がり、最高の状態でスタートラインに立つことができました。

レースのあとも3日間、ニーを飲み続けたことで、筋肉痛も故障も全くありません。それどころか、2週間後に行われた社内の駅伝大会でも2・2kmのコースで自己ベストをマークできたのです。その威力に改めて驚きました。

仕事、そして育児があるなかでダウンすることなく練習でき、目標を達成することができたのはMUSASHIのおかげ。本当に感謝しています。

今後は、10マイルのレースと富士登山競走、そしてフルでの自己ベスト更新に向けてさらに頑張っていきます！

寺内康仁さん(33歳)

【目標】フルマラソン2時間45分以内

ほかと比較しても効果は歴然。MUSASHIで本物のよさを知った

リプレニッシュには、夏場の走り込みのときに助けられました。30km走などではリプレニッシュできちんと給水することで、後半の持続力の違いを実感しました。好奇心から、同じ距離の練習でも水だけの給水の日、ほかのスポーツドリンクだけの日、リプレニッシュの日と試してみたのですが、その差は歴然でした。

ニーのよさは継続することで効果を実感しました。ボクシングに例えるならジャブのようにジワジワ効いてきます。私はこのモニター前には月間200km程度の走行距離でしたが、ニーを飲み始めてからフルマラソンへの挑戦も意識し、月間400～500kmまで距離を伸ばしています。それでも故障せずにいられることが何よりの効果でしょう。疲労で筋繊維を傷めても、しっかり補修してくれるサイクルができたのだと思います。

MUSASHI製品を試すまでは、上級グレードという印象を持っていましたが、実際に使って見るとその通りで、本物のサプリメントのよさを知ることができました。次はかすみがうらマラソンに挑みます。そこで目標を達成できるよう、これからもMUSASHIを継続使用して練習に励みたいと思います。

星 志野さん(46歳)

【目標】フルマラソン3時間以内

20km以上の距離でよく違いがわかるリプレニッシュ

リプレニッシュの効果は20kmや30kmのペース走、そして山道でのトレーニングの時に強く感じました。

一袋を500mlの水で溶かし、運動前と運動中に飲むと、おにぎりやゼリーをとらなくてもエネルギー切れにならず、最後まで体が動き続けるのです。夏などは汗をかく量も増えますので自然に飲む量も増えますが、味もおいしく、飽きることがない点も気に入りました。

そしてニーはきつい練習のあとほど力を感じました。傷んだ筋肉を修復してくれると表現すればいいのでしょうか。特に山道でのトレーニングで、脚の筋力を酷使した翌日でも、だるさや筋肉痛が少なく、疲労感も緩和されているのです。それまで練習の翌日は、駅のホームの階段がつらくて仕方なかったのですが、ニーを飲むようになってからは、逆に足取りも軽く上がっていけます。

目標としている大阪国際女子マラソンは1月です。これからも引き続きMUSASHI製品を使って、目標達成できるよう頑張ります！

中村光博さん(41歳)

【目標】フルマラソン3時間以内

故障明けの練習もニーのおかげで不安なく取り組めた

昨年、足底筋膜炎を発症し、全く走れない時期がありました。治ってからは筋力が戻っていないこともあり、練習後は2、3日疲労を残していましたが、ニーを飲み始めてからは筋肉の内部が回復している感触を得ることができました。走る前は多少、体が重くても、動き出すとしっかり走れるのです。おかげで練習メニューを順調にこなすことができ、予想以上に故障からの回復も早くなりました。レースを走ったあと2日後にはジョグを再開でき、その翌日には「もう普通に走りたい」と思えるほど。その力には本当にびっくりです。

リプレニッシュを飲み始めてから、ドリンクによって利尿作用に違いがあることに驚きました。今まではアミノ酸系スポーツドリンクをレースやポイント練習時に飲んでいましたが、かなりの確率でトイレに行きたくなっていました。しかし、リプレニッシュにはそれがないので、特にレースでは助かっています。最近の大会はトイレの行列も長いですからね。私は減量目的で走り始めたので、カロリーが少ないのもうれしいですね。

これからもニーとリプレニッシュで筋肉の持久力を高め、必ず目標のサブ3に到達したいと思っています。

<総輸入発売元>
インフィニティ株式会社
INFINITY ENTERPRISE,INC.
〒150-0013 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

REPLENISH（リプレニッシュ）
●多機能リカバリードリンク
10袋入り ¥2,310
30袋入り ¥5,985

NI（ニー）
●リカバリー
［スティックタイプ］
1箱8本入り
（スティック1本3g入り）
¥1,596

［ボトルタイプ］
小（66g、22回分）¥4,095
中（150g、50回分）¥7,035
大（300g、100回分）¥12,495