

Q ケイレンしてしまっ
てから飲んでも役立つ
のでしょうか？

A もちろんです。これはテニ
ス選手ではありませんが、あるトップアスリートが海外遠
征で非常に湿度の低い乾燥した土地を訪れたときに、夜中
にホテルで脚がつってしまったそうです。即座にリプレニッシュを
飲んだところ回復した、という逸話が残っています。
もしもケイレンが起ってしまったら、1袋分(500ml)のリプレ
ニッシュを少量ずつ飲みながらストレッチを行えば、全部飲み干
すところには、かなり回復に貢献できるはずです。

ケイレン
してからも
飲んだ方が
いい？

Q MUSASHIのNI(ニー)
を飲んでいますが、リプ
レニッシュも併用した方
がよいのでしょうか？

A ニーは、主に運動後に飲んでいただくリカバリー専用の
アミノ酸サプリメントです。リプレニッシュは運動中の代
謝を維持する目的で作られたドリンクですから、そもそも
の役割が違います。より高いパフォーマンスを目指すなら、併用す
ることをおすすめします。

NIとの
併用は
効果的？



Q 試合中、ドリンクを飲み
過ぎてお腹をこわしてし
まうのですが、飲み過ぎ
はやはりいけないのでし
ょうか？

A リプレニッシュは体に負担をかけず、失われた水分を補
給できるようデザインされていますので、基本的には体が
求めるだけ飲んでいただいで構いません。真水を飲んだ場
合、それほど飲んでいないのにお腹が張って、チャポチャポする感
覚でコートに戻った、という経験を持つ方は多いと思います。
リプレニッシュは浸透圧と成分バランスがベストに調整されてい
て吸収性に優れているため、一度に大量に飲んでお腹が張るとい
うことはありません。ぜひ、実感してみてください。

リプレニッシュ
でもやっぱり
飲み過ぎはNG？

Q リプレニッシュを飲ん
でいると、筋肉のケイ
レンが起きにくいと聞
きました。なぜなのでしょう
か？

A 運動中に足がつるなど、いわゆる筋肉のケイレンが起こ
る理由はいろいろありますが、よく言われるのは大量の発
汗による水分不足、さらに汗と一緒に失われるカリウム、
カルシウム等のミネラル成分の不足により、筋肉の収縮にエラーが
起こるためです。
このため、水分とミネラル分と一緒に摂れるスポーツドリンク類
が推奨されるわけですが、大切なのは摂取した水分が、確実に体の
ために活かされること。リプレニッシュは、体に不要な人工甘味料
等の成分が一切含まれていないので、必要以上に排泄が促されず、
摂った水分が無駄なく利用されます。もちろん、ミネラル分も過不
足なく含まれています。
このことは、「たくさん飲んでもトイレの回数が増えない」という
多くのユーザーの声からも証明されています。一時期ケイレンに悩
まされていた某有名ベテラン女子選手も、最適のドリンクを探そう
ちリプレニッシュに行き着き、以来、トーナメントの必需品となっ
ています。

なぜ
ケイレンを
防げるの？

Q スポーツドリンクの味
が苦手なのですが、リ
プレニッシュはどんな
味ですか？

A MUSASHIの商品開発方針として、「おいしくするために
余計なものを加えない」というものがあります。リプレニ
ッシュも、その方針に基づいて開発されました。しかし、
必要な成分を必要な比率で配合した結果、多くの方々に「おいしい」
「飽きがない味」という評価をいただいています。
第一印象は、クエン酸が含まれているので少し酸っぱく感じる方
も多いですが、運動中であればその酸味もさわやかに感じられます。
苦手とおっしゃっているのは、ひょっとしたら人工甘味料の味か
もれません。リプレニッシュは人工甘味料を用いず天然の糖質のみ
を使っていますので、甘さも強すぎず、自然です。

リプレニッシュ
の味は？

長野大会

テニスマガジン・ゼビオカップ2011

7月23、24日/飯綱東テニスコート・長野県

MUSASHIリプレニッシュを積極補給。 「疲労の軽減」+「集中力の持続」で プレーの質も向上

高機能サプリメントとして定評のあるMUSASHI。
激しいプレーを長時間続ける
トッププレーヤーにも愛用されている。
このページでは、「テニスマガジン・
ゼビオカップ長野大会」参加者で
REPLENISH(リプレニッシュ)モニターを務めた
2人の選手の体験レポートを紹介。
また、MUSASHIに関心を抱くプレーヤーが
持つ代表的な疑問に担当者が答えてくれた。



原山和子さん
40代 テニス歴20年

リプレニッシュでスタミナ切れを解消 試合への集中力もアップ

リプレニッシュで水分補給をしながら初日は
6試合しました。いつもは、試合で夢中になる
とスタミナを出し切ってしまうと、すぐに疲れて
しまいます。特に、この大会のように2日間
続けて試合をすると、2日目は動くのも辛くな
ってきます。でも、リプレニッシュを飲みなが
らプレーしていたせいか、2日目も疲れを感じ
ることなくテニスができました。
また、体の疲れが少なかったせいか、気持ち

も集中できていたとも感じます。前日と同じチ
ームと当たっているのが比較しやすいのです
が、むしろ2日目の方が試合での集中が持続で
きていたと感じられました。
それから、私はトイレがいつもは近い方なの
です。それが、今日は3試合やったのですが、
気が付いてみると1回しか行っていませんで
した。こうした効果が得られるのなら、これか
ら飲み続けようと思っています。

違和感なく飲めるリプレニッシュ 水分補給をしてもプレーの感覚が崩れない

普段飲んでいるものと比較して、リプレニッ
シュを飲んだ今回は疲労感が少なかったと思
います。いつもは試合の数をこなしていくと、後
半は決まってバテてしまい、あまり動けなくな
ってしまいます。今回は、試合前、試合中、そ
して試合が終わるたびにリプレニッシュを飲ん
でいたせいか、持続力というのかスタミナが最
後まで切れずにプレーができました。
また、これまでなら大会終了後にはクタクタ

になってしまいますが、今回は2日間の大会が
終わっても、まだまだ足が動きます。
それから、これも大きなポイントだと思っ
たのですが、スポーツドリンクは甘すぎるもの
が多かったりしますが、リプレニッシュはと
てもさっぱりしていますね。飲んだ後に口の中
に後味が残ることもなく、とっても飲みやす
かったので水分補給をした直後に気分良くプレー
に戻れました。

善財千恵子さん
40代 テニス歴15年



あなたのパフォーマンスを確実にサポートする

インフィニティ株式会社
MUSASHI事業部 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

REPLENISH(リプレニッシュ)
高機能ドリンク
10袋入り ¥2,310
30袋入り ¥5,985
※1袋で500mlに対応

MUSASHI アミノ酸 検索

