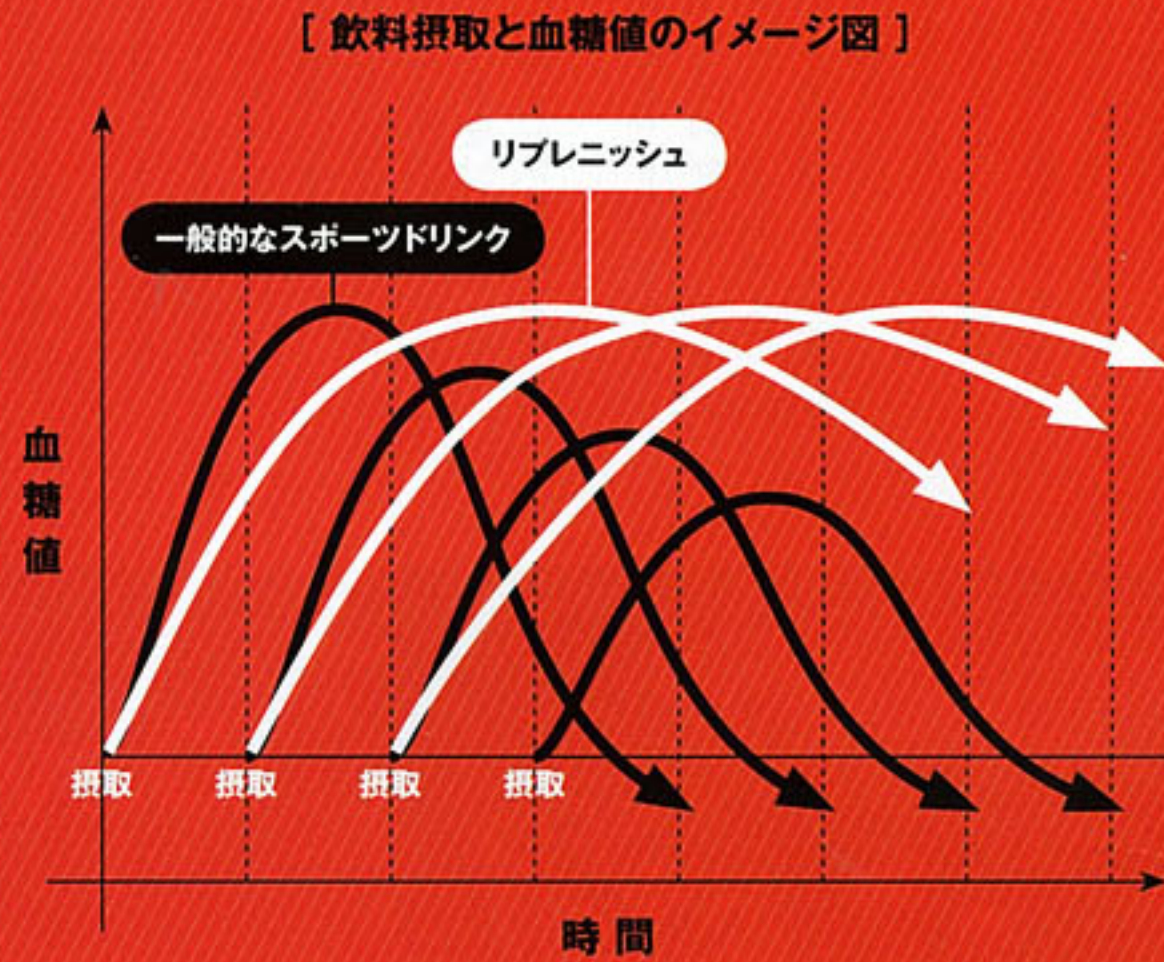




CHECK!!

“水分”だけでなく“血糖値”も理想的にキープする「リプレニッシュ」

一般的にスポーツドリンクなどから栄養素を摂ると、一時的に血糖値は上昇するが、その後、元の水準より血糖値が下がる傾向にある。結果、低血糖に陥り、頭痛や集中力の低下といったトラブルを招く。「リプレニッシュ」はそこに着目、血糖値が下がらないよう（インスリンの分泌を抑えるよう）工夫し、長時間でもパフォーマンスの維持を目指した。



疲れ軽減のヒントは水分補給にある！

激しいライディング時に起こるさまざまなトラブル。筋肉のしびれや頭痛、胃の不快感や運動後の疲労……。ここを認めている多くの読者が日常的に経験していることだろう。

その原因は何だろうか？

ライディングフォームや自転車のサイズが合っていない、運動強度が高すぎる、などいくつかの原因が考えられるが、水分補給に間違いはないだろうか？ もし暑い日に5キロも体重が落ちてしまった経験があるならば、それは大きな間違いがあるはずだ。

今回紹介する「リプレニッシュ」の画期的な点は、栄養素だけでなく体内の水分にも着目したこと。身体は運動時に汗などで多くの水分を失ってしまう。水分が失われると、体内のいたるところでバランスが崩れ、結果として多くのトラブルを引き起こす。

“MUSASHI”は、水分をいかに体内に吸収させ、保持させるかが運動時のサプリメントとして重要だと考えたのだ。適切な水分摂取は、より効果的な栄養分の摂取にもつながる。

ただし、「水分をたくさん飲むこと」「よい水分摂取」と思ってしまうが、

尿として放出してしまつてはパフォーマンスが落ちてしまう。

一般向けのスポーツドリンクや清涼飲料には甘味料や香料といった人工的な成分が配合されている。それは、飲みやすさを考えたための成分であり、身体は必要としない。つまり、そのような成分が体内に取り込まれると、肝臓でも解毒作用が働き、身体は体外に排出しようとし、結果多くの尿を生成し、「余計な水分を飲むこと」を必要とするようになる。これは身体にとっても大きな負担となるのだ。

そのためトップアスリートのために考え出された「リプレニッシュ」は徹底して身体の負担となるものを排除した。本当に身体が必要とするもののみで構成され、運動時の水分の欠乏や代謝の乱れを防ぐことを第一としている。確かに、摂取したアスリートたちの体験談を聞くと、「運動中に飲むドリンクの量が減った」「尿の回数が減った」など、水分摂取のよさを表すコメントが多いのも納得するところだ。

運動時に高いパフォーマンスをめざすなら、水分を最大限に生かすサプリメントへの期待は高い。

INFORMATION

リカバリー即実感セットを特別価格で提供中

価格:1,050円(1,722円相当分)

「リプレニッシュ」とリカバリーに有効なアミノ酸“BCAA”を効率よく配合した「ニー」の体験セット。運動中に「リプレニッシュ」を、運動後に「ニー」を摂取することにより、スムーズな回復が実感できる。各4パック入りのお手頃サイズのため、初めての方にも最適！ これからの暑い過酷なシーズンにオススメ。



多機能リカバリー飲料“MUSASHI/リプレニッシュ”

過酷な運動時に大切な“水分”と“栄養素”をフル活用

長時間や高負荷の運動時に起こる、さまざまな体内のトラブル。これは体内の水分が失われ、代謝バランスが乱れてしまうのが原因。「リプレニッシュ」は過酷な状況下でも理想的な体内環境をめざす！

ツアー・オブ・ジャパンでももちろん「リプレニッシュ」を飲みました



梅尾 大知
TOGAO Taichi

パールイズミ・スミタラバネロチーム所属。1985年2月17日生まれ。明るい性格で、いつも彼の周りでは笑い声が絶えないチームのムードメーカー的存在。2009シーズンよりチームに加入。監督からの期待も高い、上りを得意とするオールラウンダー。今季の目標は実業団レースで1勝。「今年は勝負の年。過去にない勢いで自身の壁を打ち破りたい！」



リプレニッシュ
価格:2,310円(10袋入り)5,985円(30袋入り)

多機能リカバリー飲料 “MUSASHI/リプレニッシュ”

ドリンクタイプのサプリメント。運動中に必要な栄養分をバランスよく配合し、パフォーマンスの維持・向上、疲労の回復などが期待できる。身体の負担となる甘味料や香料、着色料などを一切使用せず、より多くの水分や栄養分が体内に吸収できるように開発された。酸っぱい味が特徴的だ。パールイズミ・スミタラバネロチームが以前から愛飲しているサプリメント。「激しい運動時でもサラッと飲みやすく、翌日の疲労も軽減します」と選手たちは話す。「集中力が途切れない」「胃の不快感が軽減した」などの体験談もある。

主成分

ショ糖、マルトデキストリン、ブドウ糖、果糖、塩化ナトリウム、クエン酸(Na, K)、L-グルタミン、L-ロイシン、L-バリン、L-イソロイシン、ビタミンC、ビタミンE
1袋(35g)当たり エネルギー:125kcal / たんぱく質:1.3g / 脂質:0g / 炭水化物:30g / ナトリウム:250mg