

НАБОР ОЛИМПИЙКА



с КОФЕИНОМ



Набор питания

Мечта многих спортсменов – победа на Олимпийских играх. Если вы отважились попробовать себя в этой дистанции, то необходимо учесть, что все этапы проходят без перерыва. Набор «Олимпийка» не даст вашей силе воли угаснуть, поскольку сочетание продукции обеспечит ваш организм всеми необходимыми веществами, которые так нужны во время испытания, а также восстановит его после заветного финиша.

ДО СТАРТА

1. Ужин накануне старта

1,2 г углеводов на кг тела. В качестве напитка можно использовать воду или порцию (40 г) **ELECTROLYTE ENERGY NUTRIENT DRINK**, вкус Тропические фрукты, разведенной на 600-800 мл воды.



2. Завтрак

(1,5 - 3 часа до старта) от 1,2 до 1,5 г углеводов на кг тела. В качестве напитков употреблять 200-250 мл теплой воды. Не рекомендуется пить кофе.

3. За 1-1,5 часа до старта

ELECTROLYTE ENERGY NUTRIENT DRINK, вкус Лесные ягоды – 1 порция (40 г) на бутылку объемом 600-800 мл.



4. За 20 минут до старта

ENERGY GEL FUSION LINE, вкус Ананас – 1 шт.

НА ДИСТАНЦИИ:

Подготовьте перед вело этапом:

- **ELECTROLYTE CHEW TABLETS**, вкус Лесные ягоды – 1 саше (10 шт), принимать каждые 30 минут по 2-3 таблетки только в жару, при необходимости докупить саше до нужного количества;
- **ELECTROLYTE GEL**, вкус Клубника-банан – 1 шт;
- **ELECTROLYTE GEL**, вкус Лимон-лайм – 1 шт;
- **ELECTROLYTE GEL**, вкус Солёный арбуз (40 г углеводов) – 1 шт.

На дистанции:

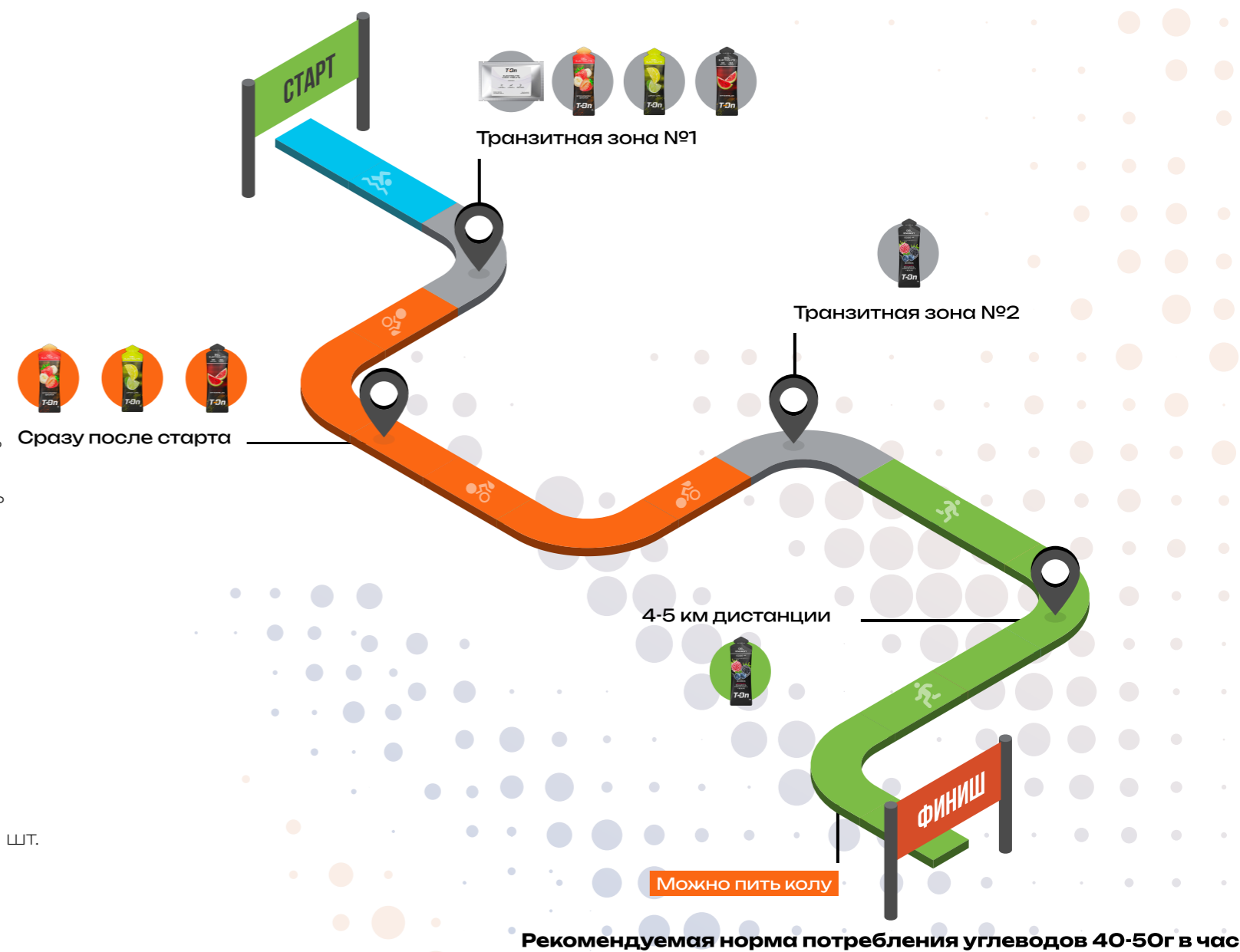
- **ELECTROLYTE CHEW TABLETS**, вкус Лесные ягоды – принимать каждые 30 минут по 2-3 таблетки только в жару.
- 1 **ELECTROLYTE GEL**, вкус Клубника-банан – 1 шт. Принимать гель каждые последующие 30 минут на вело этапе.
- 2 **ELECTROLYTE GEL**, вкус Лимон-лайм – 1 шт;
- 3 **ELECTROLYTE GEL**, вкус Солёный арбуз (40 г углеводов) – 1 шт.

Подготовьте перед бегом:

- **ENERGY GEL EDGE LINE** (150 мг кофеина), вкус Лесные ягоды – 1 шт.

На дистанции:

- 4 **ENERGY GEL EDGE LINE** (150 мг кофеина), вкус Лесные ягоды – 1 шт.



ПОСЛЕ ФИНИША:

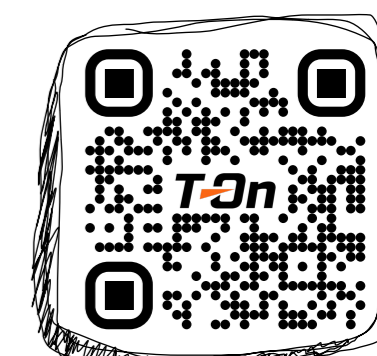
1. В течение 30 минут

RECOVERY PLUS QUICK REGEN DRINK САШЕ, вкус Печенье-крем – 1 шт.

1.



Присоединяйся к нам!



НАБОР ОЛИМПИЙКА



Набор питания

Мечта многих спортсменов – победа на Олимпийских играх. Если вы отважились попробовать себя в этой дистанции, то необходимо учесть, что все этапы проходят без перерыва. Набор «Олимпийка» не даст вашей силе воли угаснуть, поскольку сочетание продукции обеспечит ваш организм всеми необходимыми веществами, которые так нужны во время испытания, а также восстановит его после заветного финиша.



ELECTROLYTE ENERGY NUTRIENT DRINK —

главной особенностью углеводного напитка является содержание электролитов. Входящий в состав комплекс поддерживает уровень минеральных солей в организме, а также увеличивает выносливость в течение интенсивных нагрузок. Правильное соотношение кальция, магния и калия способствует нормальной работе мышечной системы. Употребление продукта обеспечивает организм достаточным запасом гликогена для восполнения энергии организма.



ENERGY GEL FUSION LINE —

инновационный многокомпонентный энергетический гель. Предназначен для подготовки организма к нагрузкам высокой интенсивности. Повышает уровень энергии и выносливости. Восполняет запасы питательных веществ необходимых организму во время нагрузки. Добавление заменимых аминокислот способствуют нормальной работе организма. Содержит витамины B6, B9, B12.

ELECTROLYTE CHEW TABLETS —

жевательные солевые таблетки насыщают организм необходимым количеством электролитов. Предотвращают спазм мышц, нормализуют водный баланс и стабилизируют общее состояние организма во время физических нагрузок.



ENERGY GEL EDGE LINE —

инновационный многокомпонентный энергетический гель с кофеином. Предназначен для подготовки организма к нагрузкам высокой интенсивности. Повышает уровень энергии и выносливости. Восполняет запасы питательных веществ необходимых организму во время нагрузки. Содержание кофеина повышает физическую работоспособность, придаёт бодрость. Добавление заменимых аминокислот способствуют нормальной работе организма. Содержит витамины B6, B9, B12.

ELECTROLYTE GEL (НА 40 Г УГЛЕВОДОВ)

— энергетический углеводный гель «ELECTROLYTE GEL» — это биополимерная матрица. Одна порция содержит 40 грамм углеводов. Соотношение углеводов: мальтодекстрина и фруктозы 1:0,8, увеличивает окисление углеводов, чем повышает выработку энергии в течение длительных и высокоинтенсивных физических нагрузок, позволяя усваивать до 100 грамм углеводов в час! Обеспечивает как быструю усваиваемость питательных веществ, без лишней нагрузки на ЖКТ, так и более продолжительное действие по сравнению с обычными гелями.



RECOVERY PLUS QUICK REGEN DRINK, CASHE —

углеводно-белковый комплекс «RECOVERY QUICK REGEN DRINK PLUS» способствует быстрому восстановлению после интенсивных тренировок или соревнований. В отличие от «RECOVERY QUICK REGEN DRINK», комплекс содержит повышенное количество углеводов, протеина, ВСАА и витаминов с минералами. Протеин восполнит нехватку белка в мышечных тканях. Аминокислоты помогут в предотвращении катаболизма мышц.

ELECTROLYTE GEL —

энергетический углеводный гель, восполняет запасы энергии, питательных веществ, необходимых организму при интенсивных нагрузках. Снижает ощущение усталости, а также восполняет потери минеральных солей при обильном потоотделении. Содержание углеводов восполняет запасы гликогена в организме, поддерживает уровень энергии и работоспособности. Электролиты сокращают возможность возникновения мышечных судорог и спазмов, которые являются частой проблемой спортсменов во время физических нагрузок.

