INTEGRAZIONE SPORT NEL PERIODO DI PREPARAZIONE ROAD TO KONA 2017

COLAZIONE	
REGOBASIC	1 misurino da sciogliersi in acqua

PRIMA DI CORICARSI	
REGOBASIC	1 misurino da sciogliersi in acqua
AMINOFORM 1000	1 cpr. ogni 15 kg di peso
AXIMAGNESIO	1 bustina da sciogliersi in acqua

Se si deve **sostituire un secondo piatto proteico** durante un pasto, utilizzare **7 compresse di AMINOFORM 1000**.

PRIMA DELL'ALLENAMENTO	
AMINOFORM 1000	1 cpr. ogni 15 kg di peso

DURANTE L'ALLENAMENTO	
REGOBASIC	1 misurino da sciogliersi in acqua
AXIMAGNESIO	1 bustina da sciogliersi in acqua
SPRINT4WIN	1 bustina ogni 45 min.
è possibile diluirli insieme nella borraccia	

DOPO L'ALLENAMENTO	
AMINOFORM 1000	1 cpr. ogni 15 kg di peso

Suggerimenti elaborati con la collaborazione del DOTT. ORAZIO RAGUSA

Per eventuali richieste scrivere a: orazio.ragusa@tiscali.it

PEGASO®
C'è un altro modo di stare bene

INTEGRAZIONE SPORT NEL PERIODO DI PREPARAZIONE ROAD TO KONA 2017

REGOBASIC

Sali minerali ad azione alcalinizzante per favorire il recupero psicofisico, ridurre il senso di affaticamento e la disidratazione.

SPRINT4WIN

Energy gel pronto da bere per fornire energia immediata e ridurre il senso di fatica durante l'attività fisica grazie all'effetto adattogeno.

AXIMAGNESIO

Otto fonti di magnesio per favorire la funzione muscolare e il metabolismo energetico.

ALTRI PRODOTTI UTILI A DISCREZIONE DELL'ATLETA

AMINOFORM

Aminoacidi di origine vegetale da soia non ogm per favorire la costruzione muscolare e la funzione plastica.

PEGASTRESS

Fermenti lattici e vitamina B5 per riequilibrare la flora batterica intestinale e contrastare stress psico-fisico, stanchezza e affaticamento. Utile per rinforzare le difese organiche ed evitare disturbi da raffreddamento.

NUTRIVITAL

Fitonutrienti, antiossidanti e vitamine per contrastare i radicali liberi, rinforzare le difese dell'organismo e aumentare la resistenza durante l'attività sportiva.

PEGASO®
C'è un altro modo di stare bene