



ENERGIE EFFET RETARD

Alimentation de l'Effort d'Apport Glucidique

EER est une préparation à base de glucide lent, le maltodextrine, permettant de rétablir les réserves de glycogène utilisées durant les épreuves sportives de longue durée. Cette longue chaîne de glucose libère de l'énergie de façon progressive. La teneur en sels minéraux et vitamines prévient les pertes hydriques liées à l'effort. L'apport de vitamine du groupe B optimise l'utilisation des glucides. Son goût neutre permet d'éviter la sensation d'écoeurement que peuvent apporter certaines boissons au goût sucré trop prononcé. « Energie Effet Retard » est idéal pour les épreuves de longue durée.

Ingrédients :

Maltodextrine, glucose, acidifiant (acide citrique), chlorure de sodium, chlorure de potassium, sulfate de magnésium, vitamine C, PP, E, B1 et B6.

Présentation :

Seau de 1.5 Kg ou 2.5 Kg de produit

Conseil d'utilisation :

Avant l'effort :

Préparation des réserves : Prendre 7 mesures dans 1 litre d'eau par jour pendant les 3 jours précédant l'épreuve.

Ration d'attente : Mélanger 3 mesures pour 500ml d'eau à boire pendant les 2 heures avant l'épreuve.

Pendant l'effort :

En complément d' « Energie Effet Immédiat », ajouter 2 à 3 mesures dans chaque bidon de 500 ml. Boire toutes les 5 minutes par petites gorgées et 500ml par heure d'effort.

Après l'effort :

Ajouter 3 à 6 mesures à la boisson ou aux aliments du repas qui suit la compétition pour accélérer la récupération.

Goût neutre. *Peut être aromatisé à votre goût*

ENERGIE EFFET RETARD

Alimentation de l'Effort d'Apport Glucidique

Analyse moyenne pour 100 g de produit fini :

| | | |
|---------------------------------|--------------------|----------------------|
| Protéines : traces | Sodium : 365 mg | Vitamine C : 25 mg |
| Lipides : absence | Potassium : 235 mg | Vitamine PP : 7.5 mg |
| Glucide : 94 g | Magnésium : 35 mg | Vitamine E : 4mg |
| Valeur calorique : 365 Kcal | | Vitamine B6 : 0.7 mg |
| Valeur énergétique : 1602 Kj | | Vitamine B1 : 0.7 mg |

Tarif :

Voir site www.mecacote.com