

PER USCITE SUPERIORI A 2 ORE È CONSIGLIABILE ASSUMERE CIRCA 60g DI CARBOIDRATI PER OGNI ORA.  
NON DIMENTICARE DI RIMANERE IDRATATO (500 ml / ORA) E QUANDO È POSSIBILE ALTERNARE TRA INTEGRATORI E CIBI TRADIZIONALI.



**PRE SPORT**  
GELATINA ENERGETICA  
A LENTO RILASCIO.



**GEL**  
GEL ENERGETICO ALTAMENTE  
CONCENTRATO.  
DISPONIBILE CON CAFFEINA

20 CARBS / g SERVING



**ISOTONIC GEL**  
GEL A BASE DI MALTODESTRINE  
CON FORMULA ISOTONICA.  
DISPONIBILE CON CAFFEINA.

20 CARBS / g SERVING



**COMPETITION BAR**  
BARRETTA ENERGETICA  
ALTAMENTE CONCENTRATA.

20 CARBS / g SERVING



**LIQUID GEL**  
GEL LIQUIDO AD ENERGIA RAPIDA.  
DISPONIBILE CON CAFFEINA

30 CARBS / g SERVING



**ISOTONIC DRINK**  
BEVANDA Istantanea CON  
CARBOIDRATI E MINERALI.

25 CARBS / g SERVING



**PERFORMANCE BAR**  
BARRETTA ENERGETICA CON  
CARBOIDRATI E PROTEINE IN DUE  
COMODE PORZIONI

30 CARBS / g SERVING



**R2 RECOVERY DRINK**  
RECOVERY DRINK A BASE  
DI MALTODESTRINE E BCAA.