



Als Schweizer Sportnahrungsentwickler steht Spenser Sport Food® seit 30 Jahren für hochwertige und innovative Produkte. Als Supplier vom Swiss Tri Circuit offerieren wir erprobte und bewährte Konzepte für Wettkampf und Training. Weltklasse-Triathleten und Spenser Botschafter wie Nicola Spirig, Ruedi Wild, Jolanda Annen, Jan van Berkel oder Adrien Briffod vertrauen seit Jahren auf unsere Kompetenz und Erfahrung im Ernährungsbereich.

Mit folgenden Produkten bist du wie unsere Profis ideal für die Rennen des Tri Circuit ausgerüstet:

## BEFORE

<b>CARBO LOADER</b>	Sponser empfiehlt ein Carbo Loading für Aktivitäten länger als zwei Stunden. Maximal gefüllte Glykogenspeicher mit der Einnahme von bis zu 4 Portionen am Wettkampf-Vortag, ohne übermässige Mengen an Pasta einnehmen zu müssen.
<b>RED BEET VINITROX</b>	Dient der Erhöhung von Stickoxid (NO) im Blut. Verbessertes Blutfluss, erhöhte Belastungstoleranz und somit positiver Einfluss auf die Leistungsfähigkeit dank der gefässerweiternden Wirkung der Inhaltsstoffe Nitrat (Rote Beete Saft), Polyphenole (Vinitrox), Whey CFM Pepto, L-Arginin und L-Ornithin sowie einem patentierten Tomatenextrakt. Täglich ein Shot während 3–4 Tagen vor wichtigen Wettkämpfen, am Wettkampftag selbst 1 Portion ca. 3 h mit der letzten Mahlzeit verdünnt einnehmen.
<b>NITROFLOW PERFORMANCE<sup>2</sup></b>	Die neuste Produkte – Innovation setzt einen neuen Standard im Bereich der leistungsfördernden Supplemente im Wettkampfsport! Die speziellen Inhaltsstoffe, deren Wirkung in verschiedenen Studien erprobt und nachgewiesen wurde, verbessern u.a. den Blutfluss und die Gefässerweiterung und wirken als natürlicher Zellschutz und mitochondrialer Zell Booster. Idealerweise in den letzten 4–5 Tagen vor dem Wettkampf und anschliessend 2 Tage für schnellstmögliche Erholung. Passend als Ergänzung und in Kombination mit Red Beet Vinitrox.
<b>ACTIVATOR</b>	Wer aggressiv, konzentriert und mit maximaler Energie agieren will, profitiert von Activator. Koffein wirkt leistungssteigernd und wird bei Kurzstrecken im Vorfeld, bei Langstrecken eher gegen Ende der Aktivität eingenommen.
<b>LACTAT BUFFER</b>	Natriumcitrat und -bikarbonat für extrazelluläre Säurepufferung. Geeignet für Elite Athleten und die kurze Distanz

## DURING

<b>COMPETITION</b>	Competition Sportdrinks sind säurefrei und verfügen über ein breites Kohlenhydrat-Spektrum sowie die nötigen Elektrolyte. Als optimales Sportgetränk auch bei hoher Wettkampfdosierung bestens magenverträglich und milde im Geschmack.
<b>LIQUID ENERGY</b>	Energie aus der Tube, in verschiedenen Varianten erhältlich. Die bestverträglichen und praktischen Energie-Gels dienen dem Ausgleich von Energie-Engpässen.
<b>HIGH ENERGY BAR</b>	Der beliebte Getreideriegel mit kurz-, mittel- und langkettigen Kohlehydraten, reich an Betaglukanen und Pflanzenöle (MCT). Die ideale Festnahrung für eine gestaffelte Energiezufuhr.

## AFTER

<b>PRE &amp; AFTER, PRO RECOVERY</b>	Sponser führt ein sehr breites Sortiment an hochwertigen Regenerations- und Protein-Produkten. Wichtig für die effektive Trainingsadaption und rasche Erholung. Geeignet zur Basisversorgung im Alltag wie auch zur gezielten Einnahme vor, während und nach Training und Wettkampf.
--------------------------------------	--

