

2018年11月9日

先日、岩手ビッグブルズの新加入選手に向けて珪素の説明会を行いました。
選手の中には以前、珪素がいいという話は聞いたことがあったとのことで、実際に説明を聞けてすごく良かったと話されていました。

プロスポーツ選手は、体調の管理のため食事やケアなどを日々行っています。
ですが、どんなにいい栄養素を摂っても、珪素がなければうまく体に取り入れることが出来ないということはなかなか知られていないのではないのでしょうか。
筋肉をつけるためのプロテインや疲労回復のビタミン・ミネラルなどと一緒に珪素を取り入れると相乗効果も期待できます。
このブログをご覧の皆様で、周りにスポーツをされている方がいらっしゃいましたら、ぜひ珪素のことを教えていただければと思います！

