

Wettkampfversorgung mit Aktiv³

Halb-Marathon



Wettkampfvorbereitung:

Am Vorabend und 1h vor dem Start
je 500ml **Isoton Energiedrink**

Während des Laufs:

bei km 13 und km 17 je ½ Tube **Liquid Energie Pur**
+ Wasser an den Verpflegungsstationen

Für Ihre schnelle Regeneration:

500 ml **Protein Regenerationsturbo**
(sofort nach dem Zieleinlauf)



Tipp:

vor dem Start
Warm-Up Massageöl
(unterstützt die
Aufwärmphase)



Tipp:

vor dem Start
**Fireprotect
Hautschutzcreme**
(Schutz vor Wundreiben)



Tipp:

nach dem Duschen
Vital Hautmilch
(erfrischt und belebt
die Muskeln)

Wettkampfration: Isoton Energiedrink + 1 Liquid Energie Pur

Aktiv³

Das Fitnessplus⁺

weitere Informationen
www.aktiv3.de