

Vive la experiencia de IRONMAN LANZAROTE junto a 226ERS.

IRONMAN LANZAROTE y 226ERS seguimos colaborando para aportar la energía necesaria a todos los triatletas. 226ERS está presente en IRONMAN LANZAROTE con el objetivo de aportar productos lo más saludables posible, sin gluten, sin GMO's, ni añadidos innecesarios. Apostamos por los mejores ingredientes y de la más alta calidad para no interferir en una perfecta digestión, ni en la asimilación de todos los nutrientes necesarios para disfrutar de la práctica deportiva o de las competiciones de larga distancia. **#FeedYourDreams**

ESTOS SON LOS PRODUCTOS QUE ENCONTRAREIS EN LA BOLSA DEL CORREDOR:



ISOTONIC DRINK

Bebida isotónica energética en monodosis de 20g.

Su uso está recomendado como **hidratación y recarga de depósitos de sales minerales** previas a competiciones y recuperación de los niveles de sales minerales después del ejercicio físico.

Aporta 17g de hidratos de carbono por toma, es apta para veganos, sin gluten, sin lactosa y sin azúcar, favoreciendo la total asimilación de los nutrientes.

Recomendación de uso: disolver 1 sobre (20g) de producto con 500ml de agua y agitar. Consumir con regularidad en pequeñas dosis de 150ml cada 15/20 minutos, durante y después del ejercicio.

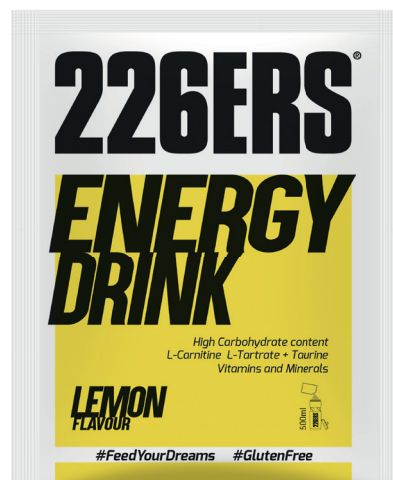
ENERGY DRINK

Bebida energética en monodosis de 50g.

Su principal ventaja es el **aporte de energía sin azúcares**. Su baja cantidad de sales minerales garantiza que la ingesta de otros productos que contengan más minerales (geles, barritas, cápsulas...) no sea perjudicial.

Cada toma contiene unos 45g de hidratos de carbono. Su uso está especialmente recomendado para competiciones de una duración igual o superior a 90' y para cargas de hidratos de carbono previas a competiciones de larga duración.

Recomendación de uso: disolver 1 sobre (50g) con 500ml de agua y agitar. Consumir con regularidad en pequeñas dosis de 150-200ml cada 15/20 minutos, antes y durante el ejercicio.



CONOCE TAMBIÉN LOS PRODUCTOS DISPONIBLES EN LAS ZONAS DE AVITUALLAMIENTO:



HYDRAZERO

Bebida hipotónica.

Te recomendamos probar nuestra bebida de sales minerales durante la prueba, te ayudará a reponer los electrolitos perdidos y recargar tus depósitos de sales minerales.

Cada toma de Hydrazero aporta 500mg de sodio, el cual mejora la hidratación y proporciona un mejor equilibrio de los fluidos corporales. Está formulado con stevia, de esta forma reponemos la pérdida de electrolitos sin añadir calorías.

Lo encontrarás en 2 sabores: limón y tropical.

RACE DAY

Barrita de 40g.

Aportan energía durante entrenamientos y competiciones. Son fáciles de masticar y **no producen picos de insulina**. Ricas en carbohidratos, sin gluten y aptas para veganos.

Podrás encontrar diferentes variedades y sabores:

- BCAA: en proporción 8:1:1 (Leucina+).
- CHOCO BITS: con deliciosos trocitos de chocolate.



HIGH ENERGY GEL 76g

Su principal fuente de **hidratos de carbono (50g)** es la ciclodextrina. **Están pensados para ofrecer una liberación de energía prolongada.** Favorecen el uso de glucosa a nivel celular en un tiempo más corto, manteniendo el nivel de azúcar en sangre durante más tiempo.

Los encontrarás con 3 formulaciones diferentes y la siguiente variedad de sabores:

- Fórmula base – limón y plátano
- Fórmula con cafeína – café expreso
- Fórmula salty, contienen 250mg de sodio y un toque salado – fresa salada

ISOTONIC GEL 68g

Gel energético Isotónico a base de **hidratos de carbono (22g)**, ciclodextrina, aromas naturales y edulcorante natural Stevia. Ayuda a mejorar la reposición de glucógeno de manera más eficiente. No necesita agua al tomarlo, el propio gel contiene la cantidad necesaria.

En IRONMAN LANZAROTE podrás probarlo en diferentes sabores: sandía, lima, menta & arándano y cola con 100mg de cafeína.

HIGH FRUCTOSE GEL 80g

Formulado con maltodextrina y fructosa, en proporción 10:8, con un aporte de **hidratos de carbono de 55g** por gel. **También contienen 250mg de sodio.**

La combinación de maltodextrina y fructosa permite digerir y asimilar una alta cantidad de carbohidratos por hora minimizando el riesgo a sufrir problemas gástricos.

Apto para veganos, sin gluten y disponibles en 3 sabores: plátano, fresa y cola con 100mg de cafeína.

