
InBici

InBici

Rivista per ciclisti, InBici Magazine, Passione sui Pedali

ENERVIT NUTRITION SYSTEM®: LA NUOVA APP PER LA TUA STRATEGIA DI INTEGRAZIONE PERSONALIZZATA

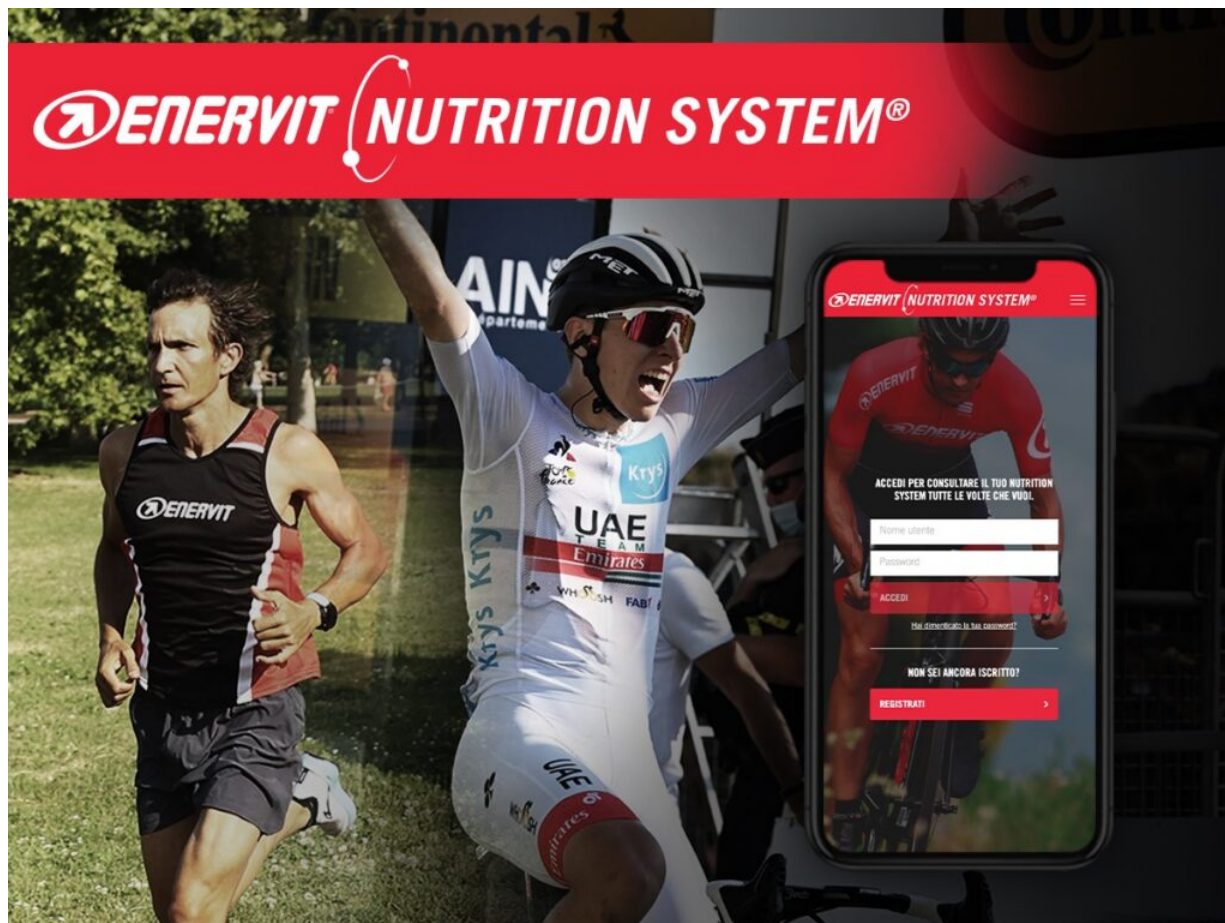
Maurizio Rocchi · Tuesday, June 1st, 2021

Gli atleti lo sanno, senza una corretta integrazione si fa poca strada. Per questo motivo Enervit ha sviluppato un'App capace di mettere a punto strategie di integrazione altamente personalizzate: **Enervit Nutrition System®**.

Partendo dalle caratteristiche fisiche dell'atleta, livello di preparazione, obiettivi sportivi, tipo di sport e durata, Enervit Nutrition System® è in grado di determinare quali prodotti assumere prima, durante e dopo l'attività sportiva, così da garantire il corretto supporto energetico e di idratazione.

Daniel Fontana, atleta Enervit, il **più vincente nella storia del triathlon italiano**, 3 volte vincitore Ironman:

“Gli atleti amatori mi chiedono spesso cosa mangiare durante una gara di triathlon, perché sappiamo quanto influisca sul risultato finale. Di solito mi preparo su un foglio uno schema temporale, indicando cosa assumere partendo dalla colazione al mattino, prima della gara, durante e dopo. Per semplificare questi calcoli ed essere ancor più precisi, l'Equipe Enervit insieme ai grandi campioni, ha ideato uno strumento innovativo, che consente di ottenere una strategia di integrazione personalizzata. Funziona in maniera semplice e può essere un valido supporto per i nostri allenamenti e gare. Per avere a portata di mano una corretta strategia energetica in base all'impegno che si andrà ad affrontare”.



Stefano Baldini, Enervit Ambassador, Campione Olimpico di maratona ad Atene 2004, oggi Runner e Coach:

“L’importanza di pianificare una strategia è la base di ogni piccola o grande vittoria personale, nel lavoro e nello sport. Che tu sia un neofita del running o un corridore esperto, affiancare al programma di allenamento un adeguato modello di recupero e integrazione è fondamentale per migliorarsi costantemente e combattere stanchezza e infortuni. Con la App Enervit Nutrition System basterà impostare le informazioni delle nostre caratteristiche fisiche, della capacità prestativa attuale e dei nostri obiettivi futuri per avere il piano di integrazione adeguato all’attività che svolgiamo settimanalmente”.

Francesco Chiappero, preparatore atletico dell’Equipe Enervit, spiega l’idea innovativa che sta alla base di una corretta strategia di integrazione:

*“Ogni atleta è un individuo, con un fisico, caratteristiche, livello atletico, esigenze ed obiettivi differenti. Con Enervit abbiamo messo a punto il concetto di Nutrition System perché è sempre più forte la consapevolezza che le strategie nutrizionali degli sportivi, anche amatori, debbano essere costruite **a partire da basi scientifiche consolidate**, ovvero dal fabbisogno orario di carboidrati, e possibilmente adattate alle peculiarità del singolo atleta”.*

L’App è scaricabile gratuitamente su tutti i device da qui:
<https://nutritionsystem.enervit.com/login>

www.enervit.com

Copyright© InBici Magazine ©Riproduzione Riservata

This entry was posted on Tuesday, June 1st, 2021 at 7:15 am and is filed under [News](#), [STRADA](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.