

プロテインはダイエットにも美容にも！
もちろんカラダづくりの味方にもなるんです！

詳しくは2Fスタッフまで♪
プロテイン
試飲
クーポン

プロテイン=たんぱく質

人のカラダの5分の1は、たんぱく質。

艶やかな髪の毛や爪、
きれいな肌を作り出す材料に。

筋肉を作る材料になって
基礎代謝量を増やして
痩せやすいカラダに。

そしてメリハリのあるボディラインを。



< お召し上がり方 >

シェイカーやコップに
先に水や牛乳を入れます。

約50mlあたりスプーン1杯がおすすめ！



< 飲むタイミング >

朝食と一緒に
忙しい朝に簡単に栄養補給

運動後30分以内
運動後はたんぱく質の吸収が増大

就寝1時間前
トレーニングで傷ついた筋肉を補修

