

# TRAINING SUPPORT ITEMS

プロテインやパワーグリップなどのサポートアイテムの他、当ジムオリジナルグッズも販売しております。



## プロテイン

### Muscle & Beauty HMB stick

240g (1包/8g) **4,500 円**

HMB には、筋肉の合成を促進し、分解を抑える効果があります。

HMBは、筋繊維の破壊を抑制し、タンパク質を合成しやすくすることで、筋肉づくりをスムーズにします。

また、トレーニングで損傷した筋肉は睡眠中に修復されるため、寝る前にHMBを飲む事でその活動をしっかりサポートしてくれます。

お召し上がり方：1日1包を目安に、1包あたり約500mlのお水に入れ、よく溶かしてからお召し上がりください。

成分(1包あたり)：エネルギー 23.76kcal、タンパク質 0.616g、脂質 0.048g、炭水化物 5.896g、食塩相当量 0.0014g、ビタミンb1 1.808mg

## ゴールドジム パワーグリップ

**14,300 円**



パワーグリップとは、バーベルやマシンを使用したトレーニング時に握力のサポートをするトレーニングアクセサリーです。

- ・プル系トレーニングでは鍛えたい身体の部位に力を集中できる
- ・プレス系トレーニングではグリップの本体部分が滑り止めの役割を果たす
- ・疲労で握力が落ちてきてもグリップ力で補い、トレーニングを継続しやすくなる

## ゴールドジム トレーニングベルト

**7,150 円**



ウエイトトレーニング時、高重量になればなるほど腰にかかる負担も大きくなります。

その際、トレーニングベルトを巻くことで、腹圧を上げ、腰(腰椎)を安定させる効果があります。特にスクワット、デッドリフトなど、腰に負担がかかりやすいトレーニングを行うときには、必ずベルトを着用することをオススメします。

## オリジナルTシャツ&タオル

Tシャツ **3,470 円**

タオル **1,650 円**



オリジナルTシャツは素早く汗を吸収・拡散させる生地を使用。ロゴの配置やTシャツカラーを数種類ご用意しております。

トレーニングに汗はつきものですが、吸水性に優れたオリジナルタオルもご用意しております。

汗による不快感を軽減させてトレーニングに集中し、理想の身体を手に入れましょう。