

MODALITA' D'USO DEL "KIT NUOTO"

CARBO-UP: assumere 4 misurini sciolti in acqua mezz'ora prima degli allenamenti o gare.

AKG ARGININA ALFA CHETOGLUTARATO: assumere 2 compresse, insieme al CARBO-UP, mezz'ora prima degli allenamenti o gare.

PRIME CASEIN: assumere 3 misurini sciolti in acqua o altro liquido a scelta la mattina a colazione; tutti i giorni.