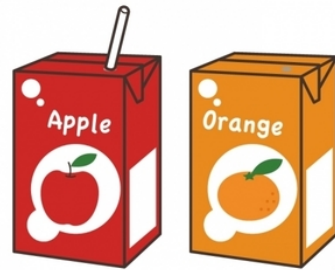


時間がなくてもエネルギーを補充しよう

(試合と試合の間、寝坊したときなど)



エネルギーゼリー



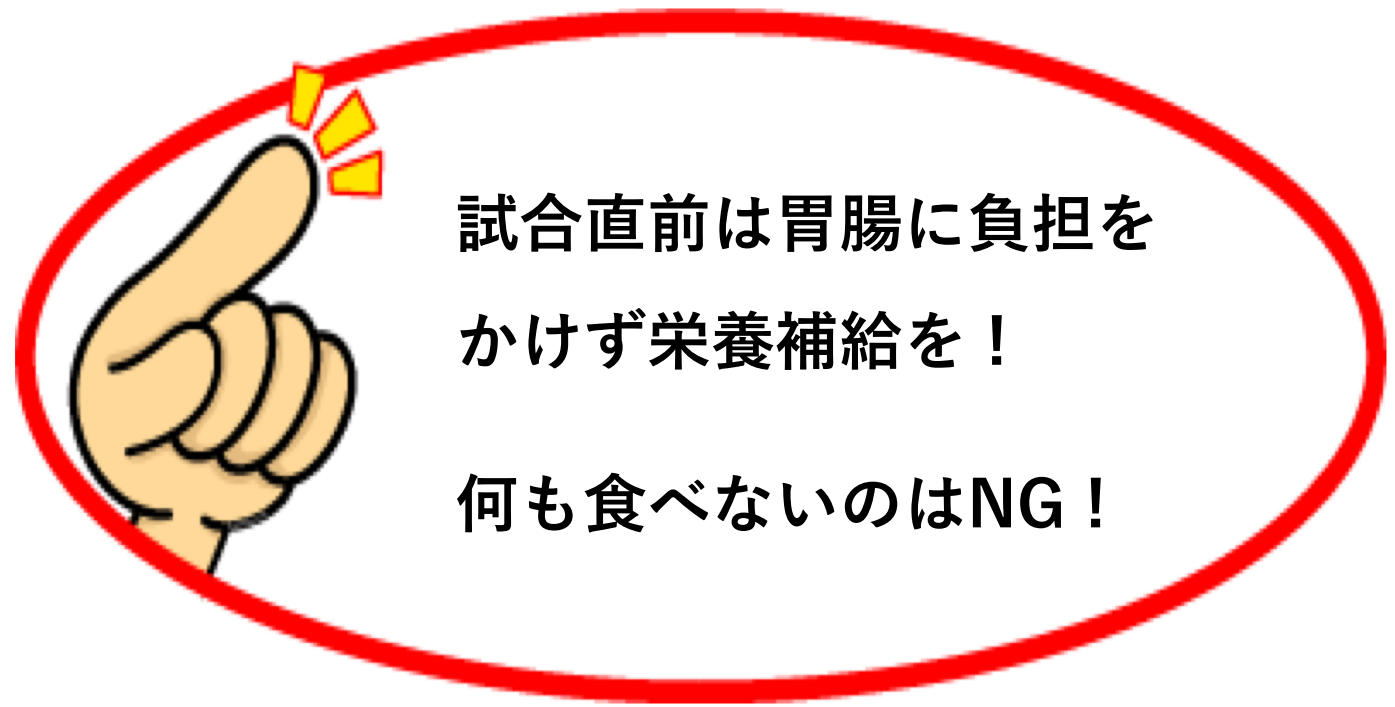
100%ジュース



スポーツドリンク



バナナ



試合直前は胃腸に負担を
かけず栄養補給を！

何も食べないのはNG！