

Iltapalan hyötyjä urheilijalle



Helpottaa nukahtamista ja parantaa unen laatua



Tukee säännöllistä ateriarytmiä

Edistää yön aikaista lihasproteiini-synteesiä ja adaptaatiota



Auttaa jaksamaan paremmin aamun harjoituksissa

Auttaa saavuttamaan riittävän energiansaannin



Yhdessä riittävän unen kanssa tukee harjoittelua, palautumista ja kehitystä