

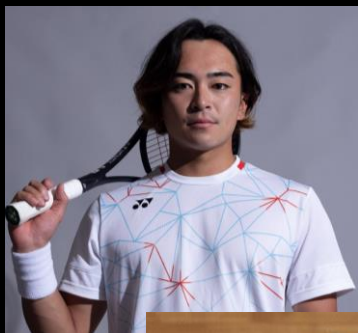


佐藤 栄養士

〈23年4月時点〉

## ソフトテニス 船水 颯人 選手

2021年より、サポートを開始。



主な試合成績		
2015年、2017年、 2018年、2019年	全日本シングルス	優勝
2016年、2018年、 2019年、2022年	全日本選手権大会	優勝
2016、2023年	全日本インドア選手権	優勝
2016年	アジア選手権 ダブルス/ミックス/国別対抗	優勝
2018年	アジア競技大会 国別対抗	準優勝
2019年	チャイナカップ国際ソフトテニス大会 国別対抗・混合複・シングルス	優勝
	全日本社会人	優勝
	世界選手権 国別対抗	優勝
2021年、2023年	全日本男子選抜ソフトテニス大会	優勝
2021年、2022年	全日本ミックス選手権	優勝
2022年	コリアカップ 団体/ダブルス	準優勝/優勝
	全日本社会人	準優勝



### 【SUPPLEMENT】

- ・Inゼリーエネルギー  
トレーニング前もしくは中に1本
- ・Inゼリープロテイン15g  
トレーニング期の補食に活用
- ・Inゼリーローヤルゼリー  
トレーニング日、試合日の補食に活用
- ・Inプロテインバークランチチョコ  
練習後の補食に活用
- ・マッスルフィットプロテインココア・プラス・キャラメル  
トレーニング期の補食や就寝前の栄養補給に



### 【NUTRITION】

《タフな練習や試合を乗り越えるための栄養補給》

目標とする大会でベストパフォーマンスを発揮できるよう、期分けに応じたサポートを行っています。練習や試合でのエネルギー消費量が非常に多い競技なので、体重が減少しやすく、体重減少を防ぐことが疲労をコントロールするポイントとなります。エネルギー量に見合った補給量を確保できるよう、日々の食事に加えて、練習前中後の補食を強化しています。また、トレーニング期には、筋量UPのためのトレーニングを実施しているため、トレーニング量や強度にあわせてタンパク質の強化を行うなど、身体づくりも徹底しています。