

クレアチン・ウォーター (アズノン3000)

はじめに・・・ 人体におけるクレアチンの役割

当たり前の話ですが、人間のからだは、エネルギーなくして生存することはできません。

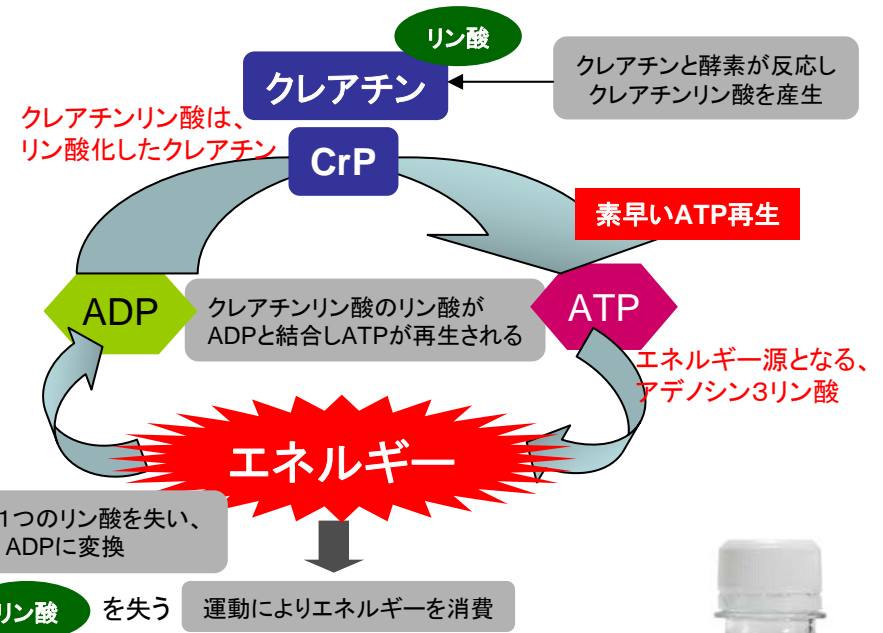
運動機能も含め、からだの全ての機能は、アデノシン3リン酸 (ATP) というエネルギーをたくさん消費しながら動いていますが、「**クレアチン**」はからだの重要なエネルギー源であるATP生成に、とても重要な役割を果たす物質です。

長期的には、エネルギー源ATPは、主に脂肪や炭水化物という供給源から合成されていきますが、ATP貯蔵量には限界があるため、**ATPは常に新陳代謝を繰り返しながら持続的に合成されていかななくてはなりません。**

エネルギーを消費すると、ATPはエネルギーの乏しいADPという物質に変化し、エネルギーの乏しいADPは、リン酸をひとつ結合することで再びエネルギー豊かなATPへと変化することができます。

クレアチンの約70%は、**クレアチンリン酸**という形で筋肉内に存在し、エネルギーの乏しいADPにリン酸を1つ提供することができるので、**すばやくエネルギーの豊かなATPを再生することができる「エネルギーの蓄電池」**のような働きをします。

よって、激しい運動をするアスリートの方の場合、エネルギー消費が脂肪や炭水化物からのATP生成を上回る場合、クレアチンリン酸が短期的なエネルギーストックとして存在し活用されます。激しい運動をされる方は、パフォーマンスを維持もしくは向上するために、常に素早くATP再生をしてくれるクレアチンを補給することでエネルギー豊かなATPの「**枯渇防止**」を心がけるべきです。



株式会社 免疫生物研究所
IBL Sports & Health Science

クレアチン・ウォーター(アズノン3000)お問い合わせ先

お電話でのお問い合わせ・・・027-320-1724(直通) 担当: 円谷(えんや)まで

Emailでのお問い合わせ・・・do-asth@ibl-japan.co.jp

Faxでのご注文送付先・・・027-321-3953

~~~~~

いつまでも若々しく健やかでいたいあなたへ 毎日1本元気にアズノン3000!

アズノン応援ブログ: [www.asthnonclub.com](http://www.asthnonclub.com)

# クレアチン・ウォーター (アズノン3000)

## クレアチンの有名なお話 - ① クレアチンのパワーで勝ち取った金メダル

1993年のバルセロナオリンピック陸上競技100mの金メダリスト、リンフォード・クリスティ(英)が「クレアチン・モノハイドレイトを補給することにより、トレーニング中のパワーを持続させ、疲労を少なくし、瞬発力を向上することができたので、勝利することができた。」という記事がイギリスの新聞に掲載されてから、クレアチンは世界中の多くのスポーツ選手に愛用されるようになりました。



## クレアチンの有名なお話 - ② クレアチンの誤った摂取による副作用

上記のニュースにより、クレアチンは世界中に広まり、「クレアチンを大量に取れば、より早く筋力が強化できるのでは・・・」と誤った認識も広まってしまい、水に溶けにくい性質を持つクレアチン粉末を、大量に摂取したために、胃腸の不調や筋肉の痙攣などの副作用を訴える人が出てきました。

クレアチンは、どんなに大量にからだに貯蓄しようとしても、一定量に達してしまうと、何の役にも立たないクレアチニンという物質に変化し、尿として排泄されてしまいます。クレアチンを大量に摂取しても、からだに負担をかけるだけですし、コスト的にも無駄となってしまいます。

クレアチン効果の速攻性を感じながらも、そういった副作用を恐れる人もおり、クレアチンを取り入れたいけど、取り入れるにはリスクが高いと考える人もおられますが、クレアチンはもともと体内で生成される物質であり、正しく摂取すれば、からだにとっては安全な成分なので、摂取の仕方さえ間違えなければ、安心して効果を実感して頂けるサプリメントです。



株式会社 免疫生物研究所

IBL Sports & Health Science

### クレアチン・ウォーター(アズノン3000)お問い合わせ先

お電話でのお問い合わせ・・・027-320-1724(直通) 担当: 円谷(えんや)まで

Emailでのお問い合わせ・・・[do-asth@ibl-japan.co.jp](mailto:do-asth@ibl-japan.co.jp)

Faxでのご注文送付先・・・027-321-3953

~~~~~

いつまでも若々しく健やかでいたいあなたへ 毎日1本元気にアズノン3000!

アズノン応援ブログ: www.asthnonclub.com

クレアチン・ウォーター（アズノン3000）

クレアチンの特徴 - ①科学的な特徴

- ◎ 水に溶けにくい性質です。
- ◎ 適切なpHレベルを保てない環境下では、クレアチニンという無能な物質に変化してしまいます。
- ◎ 酸性の環境に弱い物質です。

クレアチンの特徴 - ②生理学的な特徴

- ◎ グリシン、アルギニン、メチオニンというアミノ酸から、特に肝臓、腎臓、すい臓で合成されます。
- ◎ 95%以上は主に骨格筋に存在し、その他は脳や神経細胞などに貯蓄されます。
- ◎ クレアチンの約70%はクレアチリン酸という形で存在し、残りは自由な形で存在します。
- ◎ 一定量を超えるとからだに貯蓄されないため、余分なクレアチンはクレアチニンとして排泄されます。
- ◎ クレアチンは、クレアチントランスポーターという特別なレセプターでのみ細胞まで運ばれます。

クレアチンの特徴 - ③機能的な特徴

- ◎ クレアチンは、クレアチリン酸という形で、素早いエネルギー再生に重要な役割を果たしています。
- ◎ 主に瞬発力に効果を発揮すると考えられています。
- ◎ 筋肉を強化・増強する効果があるというデータが出ています。
- ◎ 筋肉疲労物質である乳酸を抑制するというデータが出ています。
- ◎ 運動量が上昇するというデータが出ています。

※効果には個人差があります。※効果に関するデータはCreapureの日本サイトを参考 www.creapure.jp



株式会社 免疫生物研究所

IBL Sports & Health Science

クレアチン・ウォーター(アズノン3000)お問い合わせ先

お電話でのお問い合わせ・・・027-320-1724(直通) 担当:円谷(えんや)まで

Emailでのお問い合わせ・・・do-asth@ibl-japan.co.jp

Faxでのご注文送付先・・・027-321-3953

~~~~~

いつまでも若々しく健やかでいたいあなたへ 毎日1本元気にアズノン3000!

アズノン応援ブログ:[www.asthnonclub.com](http://www.asthnonclub.com)

# クレアチン・ウォーター (アズノン3000)

## クレアチンの臨床データ

Creapure 製造元 アルツケム社 (AlzChem) Webサイトより抜粋  
<http://www.creapure.jp/index.php?id=40&L=6>

筋肉中のクレアチン濃度が高ければ、運動能力は上昇する

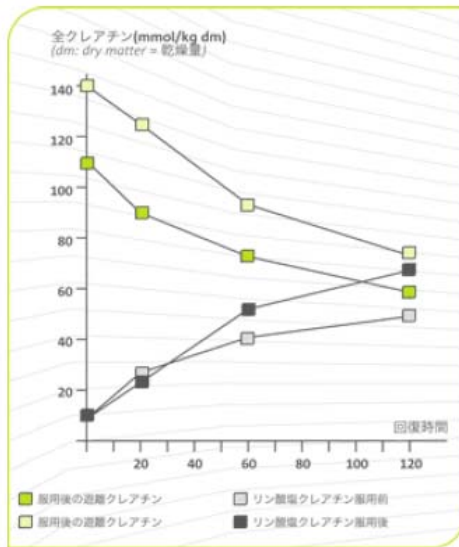


図1  
クレアチンの服用はホスホクレアチンレベルの回復を助ける

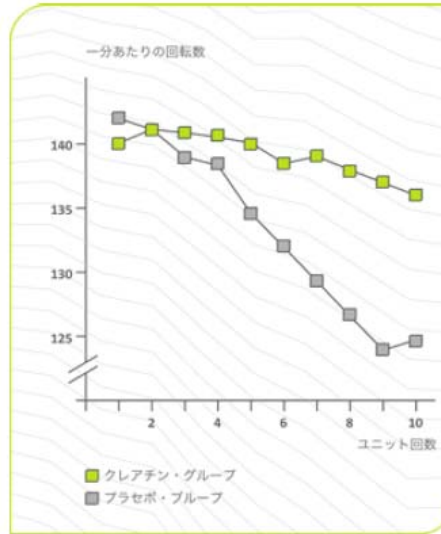


図2  
クレアチン服用は明らかな能力向上につながる

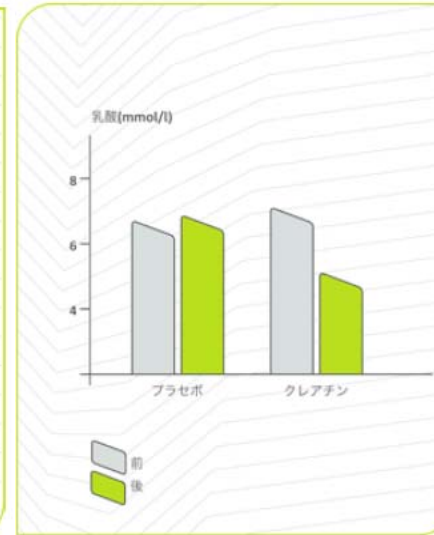


図3  
クレアチン服用により、乳酸濃度が低下する

クレアチンリン酸量回復データ

能力の向上データ

乳酸の抑制データ



株式会社 免疫生物研究所  
 IBL Sports & Health Science

クレアチン・ウォーター(アズノン3000)お問い合わせ先  
 お電話でのお問い合わせ・・・027-320-1724(直通) 担当:円谷(えんや)まで  
 Emailでのお問い合わせ・・・[do-asth@ibl-japan.co.jp](mailto:do-asth@ibl-japan.co.jp)  
 Faxでのご注文送付先・・・027-321-3953

~~~~~  
 いつまでも若々しく健やかでいたいあなたへ 毎日1本元気にアズノン3000!
 アズノン応援ブログ:www.asthnonclub.com



クレアチン・ウォーター (アズノン3000)

クレアチンの臨床データ

Creapure 製造元 アルツケム社 (AlzChem) Webサイトより抜粋
<http://www.creapure.jp/index.php?id=40&L=6>

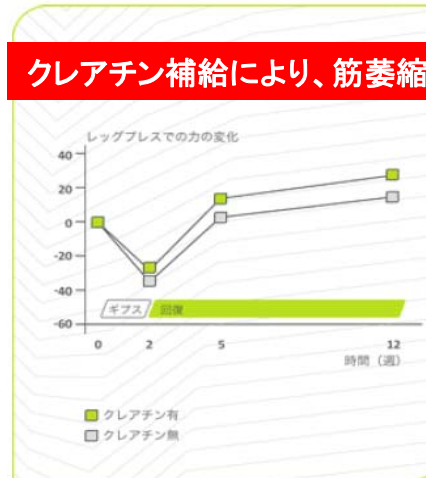


※6日間のローディング期間に20g摂取して、その後2g摂取したグループ2と、ローディング期間なしで1日あたり3g摂取したグループ3を比べると、最終的に27日目には同レベルの筋肉中の含有量に達している。よって、長期的(1ヶ月間もしくはそれ以降)に、結果を出したいと考えている人には、ローディング期間は必要ないと考えられる。

グループ 1: 1日当たり20 グラム、6日間
 グループ 2: 1日当たり20 グラム、6日間
 + それに続く28日間は1日当たり2 グラム
 グループ 3: 1日当たり3 グラム、28日間

図 5
 クレアチンの服用は筋肉中のクレアチン含有量を増加させる

クレアチン補給により、筋萎縮回復が加速するデータ



クレアチンは回復を加速する。クレアチンを服用した場合、回復が加速され、筋肉萎縮後のリハビリテーション期間を顕著に短縮することができる。

クレアチン補給により、筋肉内の含有量が増加するデータ



株式会社 免疫生物研究所
 IBL Sports & Health Science

クレアチン・ウォーター(アズノン3000)お問い合わせ先

お電話でのお問い合わせ・・・027-320-1724(直通) 担当:円谷(えんや)まで

Emailでのお問い合わせ・・・do-asth@ibl-japan.co.jp

Faxでのご注文送付先・・・027-321-3953

~~~~~

いつまでも若々しく健やかでいたいあなたへ 毎日1本元気にアズノン3000!

アズノン応援ブログ:[www.asthnonclub.com](http://www.asthnonclub.com)



# クレアチン・ウォーター（アズノン3000）

## クレアチン・ウォーター（アズノン3000）の特徴

弊社は水に溶けにくいクレアチンの水溶化技術により、クレアチン・ウォーター（アズノン3000）を開発しました。この画期的な開発により、より効果的に、より安全に、無駄なくクレアチンを摂取することが可能となりました。

- ・エネルギーを作る大切な役割を果たす「クレアチン」が、1日に必要な分量（3g）入っています。
- ・クレアチンが100%水溶化された飲料水ですので、粉末状のクレアチンより吸収力に優れます。
- ・クレアチンの原材料は高品質で純度の高い「クレアピュア」を使用していますのでご安心ください。
- ・からだに優しいアルカリ飲料水ですので、体調を整えて健康に役立ちます。
- ・どなたでもお気軽に飲んで頂けるように、あえて味や香りをつけず、お水のように無味無臭です。
- ・その時の体調や飲み方により苦味を感じることもありますが、苦味はクレアチンの味ですので、安心してお飲みください。
- ・無味無臭でお水とほとんど変わらないので、お好みに合わせてお召し上がりいただけます。  
（例えば、湯冷まし・お茶にして。クエン酸など他の粉末サプリメントを混ぜて飲んだり等）
- ・お水とほとんどかわらないので、水分補給に毎日飽きずにお召し上がりいただけます。
- ・いつでも、どこでもすぐに飲めるようにペットボトル飲料水にしました。



株式会社 免疫生物研究所

IBL Sports & Health Science

## クレアチン・ウォーター（アズノン3000）お問い合わせ先

お電話でのお問い合わせ・・・027-320-1724（直通） 担当：円谷（えんや）まで

Emailでのお問い合わせ・・・[do-asth@ibl-japan.co.jp](mailto:do-asth@ibl-japan.co.jp)

Faxでのご注文送付先・・・027-321-3953

~~~~~

いつまでも若々しく健やかでいたいあなたへ 毎日1本元気にアズノン3000!

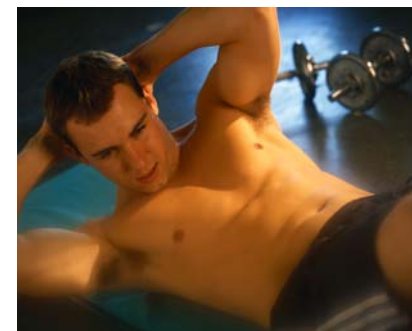
アズノン応援ブログ：www.asthnonclub.com

クレアチン・ウォーター (アズノン3000)

アズノン3000は、特に下記の方におすすめです。

クレアチン+トレーニング=パフォーマンスの向上！

- ◎ 怪我や故障による筋萎縮の回復トレーニングをされている方
- ◎ 激しい運動により、エネルギー消費が激しい方
- ◎ 筋肉痛になりやすい方、筋肉疲労が気になる方
- ◎ 筋肉強化をされたい方、など
- ◎ いつまでも若々しく元気なからだを維持されたい方
- ◎ ウォーキングや適度な運動で健康維持をされている方
- ◎ 不規則な仕事をされていて、からだが疲れやすい方
- ◎ 体力を要するお仕事をされている方



株式会社 免疫生物研究所

IBL Sports & Health Science

クレアチン・ウォーター(アズノン3000)お問い合わせ先

お電話でのお問い合わせ・・・027-320-1724(直通) 担当:円谷(えんや)まで

Emailでのお問い合わせ・・・do-asth@ibl-japan.co.jp

Faxでのご注文送付先・・・027-321-3953

~~~~~

いつまでも若々しく健やかでいたいあなたへ 毎日1本元気にアズノン3000!

アズノン応援ブログ:[www.asthnonclub.com](http://www.asthnonclub.com)

# クレアチン・ウォーター（アズノン3000）

## （飲み方）

- ・アズノン3000(500ml)を毎日1本好きな時にお飲みください。
- ・ウォーキングや適度な運動をされる際に、水分補給としてお気軽にお飲みください。
- ・1本飲むのが大変であれば、少しずつ飲まれても良いですが、できるだけ早く飲みきるようにしてください。
- ・アズノンペットボトルから他の容器に移し、熱して湯冷ましやお茶にして飲んでも大丈夫です。
- ・アズノンにアミノ酸やクエン酸等の他のサプリメント粉末を混ぜて飲んでも大丈夫です。
- ・オレンジやレモンジュース等、酸味のあるものに混ぜる場合、できるだけ早く飲みきるようにしてください。

## （ご注意）

- ・腎臓疾患を患っていらっしゃる方、妊娠中の方は事前に医師にご相談ください。
- ・冷凍するとクレアチンが結晶化してしまうため、冷凍しないでください。
- ・開封後は保存料を添加していないため、できるだけ早く飲みきるようにしてください。
- ・尿検査をする際には、検査の2～4週間前に飲むのを一旦お止めください。
- ・アズノン3000をご利用になられて、万が一ご気分が悪くなった場合は、すぐに飲むのを止めて、医師の診察を受けて下さい。



株式会社 免疫生物研究所

IBL Sports & Health Science

クレアチン・ウォーター(アズノン3000)お問い合わせ先

お電話でのお問い合わせ・・・027-320-1724(直通) 担当:円谷(えんや)まで

Emailでのお問い合わせ・・・[do-asth@ibl-japan.co.jp](mailto:do-asth@ibl-japan.co.jp)

Faxでのご注文送付先・・・027-321-3953

~~~~~

いつまでも若々しく健やかでいたいあなたへ 毎日1本元気にアズノン3000!

アズノン応援ブログ:www.asthnonclub.com