Pressemitteilung

Unterstützung beim Ausdauertraining durch **easyway Sport**

Fundierte Einschätzung aus erster Hand von der Triathletin Dominique Angerer

Für jeden Ausdauer- und Profisportler ist eine kontrollierte und nährstoffreiche Ernährung Voraussetzung für gute Leistungen im Sport. Effektive Sportlernahrungsprodukte, wie die von easyway Sport, versorgen den Körper mit der richtigen Zusammensetzung von Proteinen, Kohlenhydraten und wichtigen Nährstoffen. Dadurch wird nicht nur die Energieversorgung während des Trainings und im Wettkampf sichergestellt, sondern auch die Regeneration nach der Belastung beschleunigt. Die Profi-Triathletin und Konsumentin von easyway Sport, Dominique Angerer, schildert im Interview ihre Eindrücke von Produkt und Wirkung.

Frau Angerer, Sie betreiben schon seit mehreren Jahren den Triathlonsport professionell und auch erfolgreich. Wie haben Sie easyway Sport dabei für sich entdeckt?

Als Triathletin muss ich ganz besonders auf meine Ernährung achten. Doch ich habe selten die Zeit noch die Möglichkeit, mir ein spezielles Essen zuzubereiten, das nach den besonderen Bedürfnissen des Ausdauersports ausgerichtet ist. Deshalb habe ich easyway Sport ausprobiert. Um genau zu sein: das Paket für das Fettstoffwechseltraining mit der Sportlernahrung und den Energie-Shots. Die Mahlzeit ist schnell und einfach zubereitet und versorgt meinen Körper mit allem, was nötig ist.

Wie oft nehmen Sie easyway Sport ein? Und wie ist Ihre Einschätzung zum Produkt?

Ich bin rundum zufrieden! Easyway Sport begleitet mich jeden Tag. Ich verwende das Fettstoffwechselpaket einmal täglich – auch teilweise zweimal

Easyway GmbH
Sperberweg 4a
41468 Neuss

Telefon: 0 21 31 – 71 86 3 - 0
Fax. 0 21 31 – 71 86 3 - 30
email: info@easyway-sport.de

täglich, da ich einen oftmals sehr stressigen Beruf in der Akutmedizin ausübe und daher nicht zum Essen komme. Es gibt mir die nötige Energie für meine Trainingseinheiten und lässt mich nicht spüren, wenn ich eine „normale" Mahlzeit auslassen muss.

Neben der Wirkung einer solchen Sportlernahrung wie easyway Sport ist für viele Verbraucher auch der Geschmack nicht unwichtig, kennt man die gängigen Sportlerprodukte als eher „gewöhnungsbedürftig". Wie stufen Sie easyway Sport ein?

Mir schmeckt es gut. Bei Sportlernahrung ist vor allem die Verträglichkeit ein Thema. Easyway Sport finde ich persönlich bekömmlich und sehr facettenreich – egal ob in Kombination mit Himbeeren, Apfel, Sojamilch oder nur mit Wasser, wie ich es normalerweise trinke.

Sie sind Krankenschwester und üben diesen Beruf auch trotz des zeitaufwändigen Profisports aus – und das meistens in langen Schichten. Wie schaffen Sie es, Job und Triathlon zu kombinieren? Und inwiefern hilft Ihnen easyway Sport dabei?

Meine langen Dienste, die oft dreizehn Stunden umfassen, verbinde ich häufig mit anschließendem oder vorausgehendem Training. Manchmal trainiere ich auch vor und nach der Arbeit – je nachdem, wie mein Tagesablauf aussieht. An solchen Tagen gefällt mir besonders an easyway Sport, dass sich mein Zuckerspiegel mehrere Stunden lang hält – sowohl im Job, als auch im Training.

Ist der Zuckerspiegel ein wichtiges Thema für Sie?

Ja, sehr sogar. Ich bin ein Mensch, der schon häufig mit Zuckersturzproblemen im Training zu kämpfen hatte, da ich oft nur sehr kleine Portionen esse, aber es gibt noch andere Gründe. Zum einen trainiere ich häufig mit starken Männern mit. Zum anderen stellt mein Beruf in Kombination mit dem Triathlon eine große Beanspruchung für meinen Körper dar. Aber ich liebe mein intensives Leben und möchte es nicht anders führen. Easyway Sport ist mir bei der Regulierung meines Zuckerhaushalts eine große Hilfe.

Easyway Sport hat den Anspruch, bei der Einnahme vor der körperlichen Belastung die notwendige Energie zur Verfügung zu stellen. Außerdem

Easyway GmbH
Sperberweg 4a
41468 Neuss

Telefon: 0 21 31 – 71 86 3 - 0
Fax. 0 21 31 – 71 86 3 - 30
email: info@easyway-sport.de

soll die verlangsamte Bereitstellung (Slow Release) von Kohlenhydraten die Energiebereitstellung für die Muskeln während des Trainings verlängern. Konnten Sie eine solche Wirkung feststellen?

Während des Trainings (und auch speziell in der Endphase) habe ich nach der Einnahme von easyway Sport das Gefühl, noch ausreichend Energie zu haben. Egal ob ich vor oder nach der Arbeit trainiere – mein erwünschtes Pensum kann ich jederzeit schaffen. Ich kann mir auch jetzt schon die Energielieferung sehr gut als Wettkampfnahrung vorstellen – das werde ich allerdings dieses Jahr erst etwas später testen, da ich im Januar leider sehr krank war. Mein Körper war völlig leer und erholte sich nicht von den Infekten. Aber Anfang Februar konnte ich wieder einsteigen.

Wie sieht Ihre Planung für dieses Jahr aus? Welche Ziele haben Sie?

Mein Hauptaugenmerk werde ich diese Saison auf das Laufen legen. Im Frühling werde ich als Test ein paar Laufwettbewerbe heraussuchen. Einen meiner Letztjahressiege, die Mitteldistanz in Linz, werde ich wahrscheinlich auslassen – aber das kann ich noch kurzfristig planen. Da ich nun im Österreichischen Nationalkader Pool bin, ziehe ich auch die Staatsmeisterschaften in Betracht. Den Ironman in Regensburg werde ich jedoch nicht absolvieren, weil mir dieser Termin im Hinblick auf meine erzwungene Ruhepause im Januar zu früh kommt. Nur noch so viel zu meinen Plänen: Ich werde eventuell diversen nationalen Einladungen folgen…

Zur Person:

Dominique Angerer ist seit vielen Jahren erfolgreich als Triathletin unterwegs. Sie gewann schon mehrere Wettbewerbe, wie z.B. die Mitteldistanz in Linz 2011 und gehört mittlerweile auch zum Österreichischen Nationalkader. Als gelernte Krankenschwester (Spezialbereich Anästhesie) kennt sie sich besonders mit den medizinischen Auswirkungen und Anforderungen des Ausdauersports aus.

Easyway Sport ist exklusiv erhältlich unter www.easyway-sport.de.

Easyway GmbH
Sperberweg 4a
41468 Neuss

Telefon: 0 21 31 – 71 86 3 - 0
Fax. 0 21 31 – 71 86 3 - 30
email: info@easyway-sport.de