

Ironman de Nice : exploit d'un médecin !

Publié le 16/10/2017

3 minutes de lecture

Ecrit par [Laboratoire LESCUYER](#)

[Télécharger en PDF](#) Imprimer

Partager Facebook Pinterest Twitter

L'Ironman, un challenge de grande envergure pour les triathlètes

D'une distance totale de 226 km, une compétition Ironman, « Homme de fer » en anglais, est une course consistant à enchaîner 3,8 km de natation, 180,2 km de cyclisme puis un marathon (course à pied de 42,195 km). Il s'agit donc d'un triathlon d'endurance très longue distance !

DR Watine

Organisé en plein cœur de la prestigieuse Côte d'Azur, l'Ironman de Nice attire chaque année des athlètes en provenance du monde entier. L'Ironman fait rêver un grand nombre de triathlètes mais tous n'osent pas se lancer dans un tel défi. Participer à une telle compétition nécessite en effet un moral d'acier et une préparation physique intense.

L'accompagnement diététique pour une meilleure performance

Etre capable de maintenir le plus longtemps possible ses capacités physiques et psychologiques pendant la course et récupérer de façon optimale nécessitent, entre autres choses, l'élaboration d'une stratégie nutritionnelle et micronutritionnelle.

Le Docteur Franck WATINE a fait appel au Laboratoire LESCUYER pour la qualité de ses produits et son savoir-faire dans l'aide à la préparation nutritionnelle. Agé de 57 ans, ce triathlète amateur voulait mettre toutes les chances de son côté pour aborder l'Ironman dans les meilleures conditions possibles.

Sous les conseils de notre Diététicien Nutritionniste (D.U Nutrition du sport), le Docteur Franck WATINE a commencé sa préparation nutritionnelle dès le mois de mars. Les produits de la [gamme sport NUTRATLÉTIC](#) l'ont accompagné avant ([NUTRATTENTE](#)), pendant ([NUTRAPERF](#)) et après l'effort ([NUTRARÉCUP](#)) pour répondre aux besoins énergétiques et nutritionnels liés à la dépense énergétique de chaque activité physique.

Pour une prise en charge globale, d'autres produits du Laboratoire LESCUYER sont venus compléter sa préparation. On retrouve des antioxydants avec les produits [OXYTONIC](#) et [CURCUMA+](#), essentiels à l'amélioration du statut antioxydant, des ferments lactiques ou probiotiques avec [BACTIVIT CONFORT](#) pour favoriser l'équilibre intestinal, des produits de notre gamme confort ostéo-articulaire ([ARTRONAT](#) et [ARTRONAT GEL](#)) visant à prévenir les traumatismes au niveau des articulations mais aussi des muscles.

Grâce à l'accompagnement du Laboratoire LESCUYER et à sa préparation, le Docteur Franck WATINE a réalisé une très bonne performance pour son premier Ironman, se classant ainsi 33^{ème} dans sa catégorie, après 13h07 de course ! Encore toutes nos félicitations pour cet exploit remarquable et nos sincères remerciements au Docteur WATINE pour la confiance et la fidélité qu'il témoigne envers nos produits et notre Laboratoire depuis plus de 20 ans !

Plusieurs sportifs de haut niveau font également confiance au Laboratoire LESCUYER pour leur préparation.

Partager cette page par e-mail

Votre prénom

Votre nom

Envoyer à

Message



Envoyer un email

Partager

Laboratoire LESCUYER
EXPERT EN MICRONUTRITION



Notre équipe médico-scientifique est composée de Docteurs es science, Pharmacien, Naturopathe, ingénieurs...

"Ces articles pourraient vous intéresser