

Barley Green Premium a sport

Scott Jurek – vytrvalostní sportovec, americká špička v ultramaratonu

Scott Jurek je profesionálním fyzioterapeutem a běžeckým trenérem, který je současně mnohými považován za špičku amerických ultramaratonistů. Časopis UltraRunning Magazine Scotta vyhlásil Ultraběžcem roku 2007. Scott k tomu řekl: „Byl to rok skvělých výkonů na ultramaratonové scéně. Cítím se opravdu poctěn, že jsem za svůj výkon v závodě Hardrock Hundred získal hned dva tituly: „Ultraběžec roku a Výkon roku v kategorii mužů“

Scott přičítá velkou část svých úspěchů své veganské stravě, kterou obsahuje o denní dávku Barley Green Premium nebo Berry Barley Essence, které konzumuje během závodů. Ze zkušenosti dobře ví, že tyto doplňky zvyšují jeho výkonnost protože mu dodávají hodnotné živiny, antioxidanty a detoxikační látky, které mu nejen dodávají energii, ale i poskytují ochranu před toxiny a podporují buněčnou regeneraci.

Svou výbornou kondici potvrdil Scott Jurek znovu v září 2008, kdy již po třetí v řadě vyhrál řecký Spartatlon. Tento závod je považován za nejtvrďší ultramaraton vůbec. Trať z Athén do Sparty měří 246 km a vede náročným terénem s horňatým i blátivým povrchem, extrémním převýšením a hustým porostem. Poslední část závodu se běží v noci a jen zhruba 1/3 závodníků doběhne do cíle. Jurek trať zvládl za 22 h 20 min 1 sec – pátý nejlepší čas v historii závodu (běhá se od roku 1984). Druhý doběhl Rakušan Marcus Thalmann o více jak 2 ½ h později. Jurek znovu dokázal, že patří ke světové běžecké elitě a pro firmu Green Foods Corporation, jejíž „zelené“ produkty Jurek pokládá za nezbytnou součást své výživy, je čest být jeho sponzorem.



Hiroki Ishikawa - přední japonský orientační běžec

Hiroki Ishikawa patří mezi světové šampiony v orientačním běhu. Je prvním Japoncem, který se zúčastnil ultraběžeckého závodu Montrail Ultra Cup ve Spojených Státech a stal se členem jeho běžeckého týmu. V roce 2003 Hiroki zvítězil v nejobtížnějším a nejprestižnějším vytrvalostním závodě Hasegawa Tsuneo Cup Mountain Endurance Race. 71,5 kilometrovou trať uběhl již po druhé za méně než 24 hodin a vytvořil nový rekord závodu.

Hiroki běhá velmi dlouhé tratě, což samozřejmě vyžaduje spoustu výživných látek k udržení dobré kondice při vysokém výdeji energie. Po dlouhém běhu se zotavuje odpočinkem, správnou výživou a užíváním potravních doplňků. Proč si vybral Barley Green Premium za svůj základní doplněk vysvětluje takto: „Barley Green Premium mi poskytuje přírodní vitaminy, minerální látky a enzymy, které jsou pro zdraví nezbytné. Navíc se nemusím obávat předávkování či jakýchkoliv nežádoucích přísad, protože produkt je 100% přírodní. Tím, že užívám Barley Green Premium pravidelně, se cítím vždy svěží a připravený podat výkon. Jsem přesvědčen, že mi Barley Green Premium i v budoucnu pomůže k ještě lepším sportovním výkonům.“



Karine Herryová - běžkyně na dlouhé tratě

Devětatřicetiletá lékařka a zkušená běžkyně Karine Herryová dobře ví jak se připravit na ultramaratonový běh. Vyhrála jich ve Francii a v Evropě již několik a ve vytrvalostním běhu prestižního Ultramarathon Grand Slam USA 2005 v kategorii žen na 100 mil (160 km) se umístila třetí. V roce 2006 Karine vyhrála závod Ultra Trail du Mont Blanc (UTMB) ve kterém vytvořila nový rekord v kategorii žen v čase 25 h 22 min 20 sec (předchozí rekord byl přes 26 h). Závodu se zúčastnilo přes 2500 běžců ze 48 zemí, ale jen 1 152 doběhlo do cíle.

Karine seznámil s Green Magma v roce 2002 Jean Celle, známý sportovní pořadatel a expert na zotavování sportovců. Karine zabudovala Green Magma do svého každodenního jídelníčku a při přípravě a samotných závodech je to její jediný doplněk stravy.



Karine tvrdí, že Green Magma jí významně pomáhá dosahovat špičkových výkonů, má podíl na jejich úspěších a celkovém zdraví. Díky tomu, že Karine a ostatní uživatelé Green Magma si svou dobrou zkušenost nenechávají pro sebe,

se mnoho dalších lidí, včetně sportovců, seznámilo s blahodárnými zdravotními účinky, které, Magma Plus ostatní produkty Green Foods Corporation nabízejí. Svou vynikající formu Karine znovu potvrdila v srpnu 2008, když obsadila 2. místo v kategorii žen v Ultra Trail Mont Blanc, který je považován za nejobtížnější horský ultramaraton v Evropě (166 km, 9 km převýšení).

Marco Olmo - 59 letý vítěz slavného ultramaratonu Ultra Trail du Mont-Blanc

V roce 2007 italský maratonec Marco Olmo získal již podruhé za sebou vítězství ve známém ultramaratonovém závodě kolem Mont Blancu (UTMB) ve Francii. Odhodlaný devětapadesátník uběhl 166 km s téměř 9ti kilometrovým převýšením mezi Francií, Itálií a Švýcarskem za 21 hodin 31 minut a 57 sekund. Předtím však už vyhrál 3x Maraton Pouště, 4x Pouštní Pohár, 6x maratón v Cromagnosa, 4x se zúčastnil Maratónu v Libyjské poušti. Když jej novináři žádali, aby okomentoval svůj dlouhý seznam vítězství, skromě odpověděl: „V 59 letech je normální, že člověk má za sebou víc vítězství, než mladší.“



Marco překvapivě pědběhl i všechny mladší běžce, včetně některých nejlepších ultramaratonců. Dnes je pravidelným uživatelem Barley Green Premium, se kterým ho v srpnu 2007 seznámil, podobně jako Karine Herryovou, Jean Celle. Marco je obyčejný dělník. Těší se však plnému zdraví. Po většinu závodu obvykle udržuje stálou rychlost a v posledních 50 kilometrech, kdy se u většiny závodníků projevují známky únavy, začne Marco neuvěřitelně zrychlovat. Na kontrolních stanovištích se nikdy nezastavuje, běží po celou dobu závodu. Je nejen velmi talentovaný běžec, ale v jeho přístupu k závodům i ke kolegům se projevuje jeho silný charakter a inteligence.

Dragan Radovi - zakladatel a prezident Fitness 4 x 4

Jako profesionála ve fitness a trenéra mě vždy zajímalo vše co souvisí se špičkovým udržováním kondice a zdraví. Mnoholetá zkušenost ve fitness a pozorování mých nesčetných klientů mi umožnilo objevit a pochopit klíče ke zdraví, vitalitě a dlouhověkosti. Když jsem byl mladší, usiloval jsem dosáhnout takové kondice, která by mi pomohla přenést se přes střední věk a snad i dál. Nikdy by mě nenapadlo, že své vrcholné kondice dosáhnu v padesáti! Můj současný výkon – přes 1000 dřepů, nebo zdvihů 15 kg činky v jedné non-stop sadě – by byl dříve nemyslitelný. Dříve se můj trénink zaměřoval převážně na co největší množství času strávené v tělocvičně. Dnes vím, že množství protřénovaného času není to klíčové pro dosažení vysokého stupně tělesné kondice. Mnohem významnější roli hraje kvalita stráveného času, podobně jako kvalita výživy, která je neméně důležitá.



Cvičit efektivněji, jíst méně, ale výživněji a dopřát tělu dostatek vitamínů a minerálních látek v potravních doplňcích ze 100% přírodních zdrojů – to je základ mé současné filozofie zdraví. Dnes – ve svých padesáti – jsem ve formě jako nikdy před tím.

Produkty GFC jako doplňky stravy mi již delší dobu pomáhají v udržení dobrého zdraví a celkové kondice a formování svalstva. Moje výkony se zlepšují, jsem silnější a mám lepší formu než před 20ti lety, kdy by člověk normálně očekával svůj osobní zenit.

Můj den vždy začínám s nápojem Barley Green Premium - nikoli kávou nebo čajem. Před chvilkovým požitkem a povzbuzením těchto nápojů dávám raději přednost energii a celkovému dobrému pocitu, které mi přináší zelený drink. Intenzivní trénink vyžaduje nutriční vyváženost a podporu organismu a to mi džus z mladého ječmene skutečně přináší.

Bill King - triatlon

Závodně jsem začal běhat v roce 1979 v Santa Barbaře v Kalifornii. Než jsme se přestěhovali v roce 1983 do Phoenixu v Arizoně, zúčastnil jsem se desítek závodů - od 5 km až po maratón. Během té doby jsem závodil několikrát i v triatlonu, ale nebyla to moje parketa. Moje nejlepší osobní časy byly: maratón - 2 h 48 min, 10 km - 36 min. V letech 1983-1997 jsem nezávodil. Běhal jsem jen tak pro radost a pro dobrou kondici. Pak mě kolegové, kteří závodili v triatlonu a jiných běžeckých disciplínách, znovu nadchlí do závodění. Tentokrát jsem se ale zaměřil na triatlon a dosáhl docela dobrých výsledků v mé skupině.

Výživa byla vždy součástí mé snahy získat takovou kondici, která by mi umožnila v mé v mé kategorii vítězit. Všiml jsem si, že jak tělo stárne, jeho schopnost regenerace po zátěžích klesá. Snažím se bránit této tendenci užíváním doplňků, které dodávají energii a podporují celkovou kondici. Každý den začínám proteinovým drinkem obohaceným o pořádnou dávku Barley Green. Jsem si naprosto jist regenerační a energizující silou této kombinace. Uschopňuje mě pro každodenní dvoufázový trénink i během 10ti hodinového pracovního dne. V roce 2007 jsem začal užívat Barley Green® tablety v pravidelných intervalech během dlouhých cyklistických a běžeckých tras. Míval jsem problémy se žaludkem způsobené energetickými nápoji, které se při těchto dlouhých závodech užívají. Naštěstí tablety tento problém úplně odstranily. Mírná zásaditost, která je pro zelený ječmen charakteristická, vyrovnala moje pH, a já mohu bez problémů přijímat karbohydráty, které jsou vlastně palivem a které při těchto výkonech nutně potřebuji, aniž by se mi dělalo špatně od žaludku jako dřív. Jsem nadšený, že se mi podařilo kvalifikovat k účasti na Železného Muže Havaje tento říjen, a jsem vděčný, že mám tak vynikající produkt jako je zelený ječmen od GFC, který je účinným a spolehlivým pomocníkem v tomto mém náročném úsilí.

