



Le pack Ultra (73,90€ au lieu de ~~86,20€~~) a été développé spécifiquement pour satisfaire vos besoins avant, pendant et après les efforts de plus de 8h...idéal pour les Ultras Occitans :

En repas d'avant-course :

- [Digestipain Raisins](#) (2 lots de 2 Digestipain) : à consommer 1h30 à 2h avant l'effort avec 1 compote ou 1 banane bien mûre selon l'appétit

Pendant la course :

- [Hydraminov Boisson Effort saveur menthe](#) ou [saveur agrumes](#) (10 sticks) : 500 ml / heure (pratique : stick prédosé pour 500 ml d'eau)

- [Hydraminov Boisson Effort saveur potage légumes](#) (1 boîte de 7 sachets) : 500 ml / heure (pratique : stick prédosé pour 500 ml d'eau – à consommer chaud, en cas d'envie de salé)

- En cas d'envies de mâcher : **1 Moelleux aux amandes bio** ou **1 barre Aminov** toutes les 1h à 1h30 (4 Moelleux aux amandes bio + 4 barres Aminov) ou [Hydraminov Gel](#) (1 tube de 120 g) : 1 graduation (10 ml) toutes les 40 minutes en association avec la Boisson de l'Effort, ou toutes les 10 à 15 minutes en cas d'association avec de l'eau

- 1 bidon EffiNov Sport

En récupération :

- [EffiNov Amino](#) (2 sachets offerts) : boire 250 ml après l'effort et 250 ml au coucher



Pour découvrir l'ensemble de nos packs EffiNov , rendez-vous sur
www.affinov-sport.fr