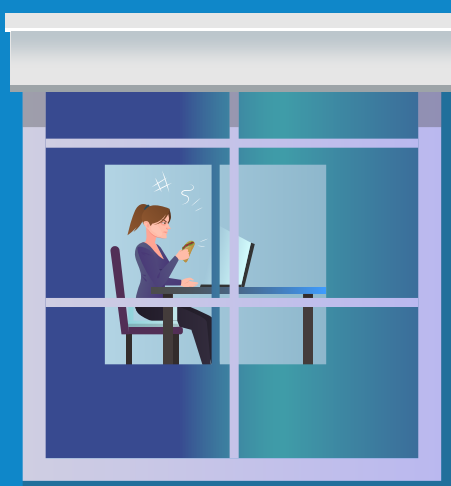




压力

生活在21世纪的我们会承受各种压力。

当我们不需要到处奔忙时，很容易在电脑屏幕前久坐长达几个小时。与此同时也会吃一些不健康的食品。



锻炼

很多人因此选择进行锻炼身体来弥补因长时间久坐带来的负面影响。大量事实表明那些进行规律性锻炼的人群生命越长久，身体越健康。然而大部分人不了解的是运动所带来的主要益处是在运动后身体的恢复阶段中产生的。

运动后的恢复过程

运动后的恢复阶段是身体对运动引起的压力产生的适应以及在这种压力程度下，身体为下次运动做准备的过程。

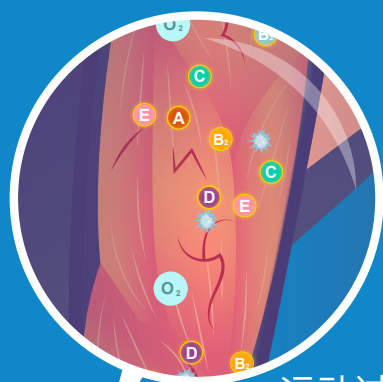


超负荷

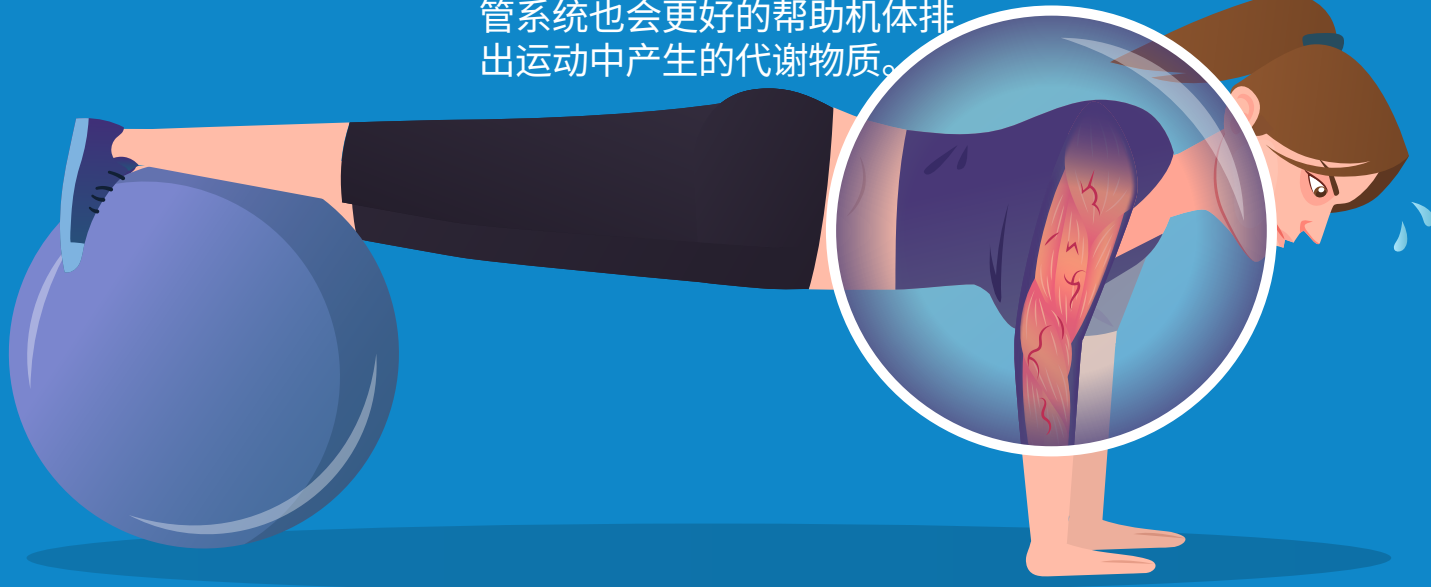
当我们的现代生活方式承受超负荷压力时，这个恢复过程将会延长。因此我们的身体会失去自身恢复的能力，而更加剧烈的运动将变得有害而无益。

健康的血管系统

拥有健康的血管和循环系统可以让我们在运动过程中确保机体有充足的血液，氧气以及养分被运输到肌肉细胞。因此，在运动后的恢复阶段，健康的血管系统也会更好的帮助机体排出运动中产生的代谢物质。



运动过程中



原花青素低聚物OPCs

MASQUELIER's® Original OPCs在运动后的恢复阶段扮演着重要的角色。它可以支持微血管功能以及帮助机体清理因生活方式和运动引起的氧化应激带来的自由基。从而有助于因自由基引起的对血管壁伤害的恢复。

