OSEI
Alapítva 1952
SPORTKÓRHÁZ

TÜV AUSTRIA
ZERTIFIZIERT
EN ISO 9001:2015
ZERTIFIKAT NR. 20 100 173002084
TÜV AUSTRIA CERT GMBH

TÉNYEK, HITEK, TÉVHITEK

Kerekasztal
2018.11.20.
MET

TÉNYEK, HITEK, TÉVHITEK

- A sporttáplálkozásban érvényesül-e az evidenciákon alapuló orvoslás?

(1)

TÉNYEK, HITEK, TÉVHITEK

- A sportolóknak van-e egyáltalán szükségük étrend kiegészítőkre, ha igen miért és milyen esetekben?

(2)

TÉNYEK, HITEK, TÉVHITEK

- Nagy állóképességi igénybevételt jelentő sportágakban az aktivitás befejeztével milyen szubsztrátumok pótlására van elsősorban szükség?

(3)

TÉNYEK, HITEK, TÉVHITEK

- Esztétikai sportágak extrém étrendi megszorításai járhatnak-e hosszútávú következményekkel?

(4)

TÉNYEK, HITEK, TÉVHITEK

- Vitaminokból ajánlhatók-e a megadózisok?

(5)

TÉNYEK,HITEK, TÉVHITEK

- Ajánlható-e vegetáriánus étrend sportolóknak?

(6)

TÉNYEK, HITEK, TÉVHITEK

- Mi javasolható sportolóknak:
  - fehérjebevitel a táplálékkal, vagy
  - preparátumok révén?

(7)

TÉNYEK, HITEK, TÉVHITEK

- Milyen a jó sportital?

(8)

TÉNYEK, HITEK, TÉVHITEK

- Súlyszabályozás vs fogyasztás.
- Melyik a helyes út?

(9)