

Ernährung im Wettkampf...
...in der letzten Woche davor!
...der letzte Tag!
...am großen Tag und unmittelbar davor!
...währenddessen!

In den letzten Tagen vor dem großen Wettkampf und natürlich währenddessen ist die Versorgung des Körpers mit den richtigen Nährstoffen mitentscheidend für den Erfolg. Was dabei zu berücksichtigen ist und welche Fehler man vermeiden kann, erfährt man im nächsten Vortrag zum Thema:

WETTKAMPF- ERNÄHRUNG

- Wo?** Aktivzentrum in-Form
Mariahilfer Straße 64/9, 1070 Wien
- Wann?** Donnerstag, 17. März 2016; 18:30 Uhr
- Wer?** MMag. Walter Kraus
(Sport- und Ernährungswissenschaftler)



Voranmeldung unter office@in-form.at oder auf www.runtasia.at
Maximal 12 Teilnehmer – Teilnahmegebühr: 20,- Euro
Anmeldung erst gültig bei Überweisung der Teilnahmegebühr bis 24. März 2016 auf das Konto:
IBAN: AT823200000011218112; BIC: RLNWATWW

in-formiert