

# Training und bedarfsgerechte Sporternährung

---

Wir begleiten eine Frau  
durch ihr sportliches Leben

## Teil 1: Kindheit + Pubertät

- Was sagt die Wissenschaft?
- Was sind die Unterschiede, was die Gemeinsamkeiten zwischen den Geschlechtern?
- Worauf muss man achten, um sich ausreichend zu versorgen?

Location 2020

01.03.2025

10-11 Uhr

Anmeldung bei

0676/84396517



Alma Glasl, CSCS