Swiss Forum for Sport Nutrition

4. Internationale Tagung

Angewandte Sporternährung

Aus der Sicht der Wissenschaft

Auditorium Maximum HG F30

Eidgenössische Technische Hochschule Zürich

Freitag, 15. Januar 2010

Schnellkurs Sporternährung, ETH Zürich, Donnerstag 14.1.2010

18.15-20.15 Sporternährung kompakt - Das Wichtigste in zwei Stunden (d)
S. Mettler, ETH Zürich, CH und N. Meyer, University of Colorado, USA

4. Int. Tagung Angewandte Sporternährung, ETH Zürich, Freitag 15.1.2010

9.15-9.30 Begrüssung
Swiss Forum for Sport Nutrition

9.30-10.20 Ernährung im Spannnungsfeld von Inaktivität, Bewegung & Gesundheit (d)
Nutrition in the context of physical (in)activity and health
Dr. Paolo Colombani, ETH Zürich, CH

10.20-11.10 Hydration & Drinking Guidelines for athletes (e)
Hydratation & Trinkempfehlungen für Sportler
Dr. Asker Jeukendrup, University of Birmingham, UK

11.10-11.40 Pause / Break

11.40-12.30 Protein for athletes (e)
Protein für Sportler
Dr. Kevin Tipton, University of Birmingham, UK

12.30-13.30 Mittagspause / Lunch break

13.30-14.20 Protein, Abnehmen und Körperzusammensetzung (d)
Protein, weight loss and body composition
Dr. Samuel Mettler, ETH Zürich, CH

14.20-15.10 Gewichtsmanagement im Sport (d)
Weight management with athletes
Dr. Nanna Meyer, University of Colorado, USA

15.10-15.40 Pause / Break

15.40-16.30 Antioxidants for athletes: sense or nonsense? (e)
Antioxidantien im Sport: Sinn oder Unsinn?
Dr. Scott Powers, University of Florida, USA

16.30-17.20 Nutrition and the immune system: what works and what doesn't? (e)
Ernährung und Immunsystem: was funktioniert und was nicht?
Dr. Mike Gleeson, Loughborough University, UK

17.20-17.30 Take home message
Swiss Forum for Sports Nutrition

Ziel

Fachleute aus dem In- & Ausland stellen die neuen wissenschaftlichen Erkenntnisse auf dem Gebiet der Sporternährung vor. Der Brückenschlag von der Wissenschaft zur Anwendung der Sporternährung ist dabei ein wesentliches Tagungsziel.

Publikum

Tagung: Die Tagung richtet sich in erster Linie an mit Sportler/innen arbeitende Personen, die ihr Wissen in Sporternährung vertiefen wollen. Grundlagen in Ernährung und Ernährungsphysiologie werden vorausgesetzt. Schnellkurs: Ein Kompaktkurs zu den Grundlagen der Sporternährung kann optional am Vortag besucht werden.

Die Tagung wird von der SGSM und physioswiss als Fortbildungstag anerkannt.

Sprache / Simultanübersetzung

Die Vorträge an der Tagung werden auf Deutsch (d) oder Englisch (e) gehalten. Es findet eine Simultanübersetzung Deutsch-Englisch sowie Englisch-Deutsch statt. Der Schnellkurs vom Donnerstag ist nur auf Deutsch ohne Simultanübersetzung. Zusammenfassungen der Vorträge werden an der Tagung abgegeben.

Gebühr

		Bis 10.12.2009	Ab 11.12.2009
Tagung	Reguläre/r Teilenehmende/r	260 CHF	350 CHF
	Studierende/r	150 CHF	260 CHF
Schnellkurs	Reguläre/r Teilenehmende/r	90 CHF	150 CHF
	Studierende/r	50 CHF	90 CHF

Studierende müssen zusammen mit der Anmeldung einen Studiennachweis zustellen. Bitte beachten Sie die Details auf der Webseite.

Anmeldung / Weitere Informationen / Webseite

Detaillierte Informationen zur Tagung und zur Anmeldung sind auf der Webseite des Swiss Forum for Sport Nutrition (www.sfsn.ch) zu finden. Die Anmeldung erfolgt über die Webseite.

Anmeldeschluss: 8. Jan. 2010. Die Anmeldung zur Tagung und/oder dem Schnellkurs wird vorzeitig geschlossen sobald die Veranstaltung ausverkauft ist.

Patronat

ETH
Eidgenössische Technische Hochschule Zürich
Swiss Federal Institute of Technology Zurich

SGE Schweizerische Gesellschaft für Ernährung
SSN Société Suisse de Nutrition
SSN Società Svizzera di Nutrizione

Schweizerische Gesellschaft für Sportmedizin
Société Suisse de Médecine du Sport
Società Svizzera di Medicina dello Sport

swiss olympic
for the spirit of sport

physio swiss

Unterstützt durch

PowerBar
PREMIUM SPORTS NUTRITION

Nestlé Nutrition

Weitere Unterstützung durch

VERIFIT
ERNÄHRUNG MIT SYSTEM

DG
DOETSCH GRETHER AG · BASEL

SPONSER
SPORT FOOD

isostar

familia

Caffee Klatsch
DAVOS