



Zertifikat

Herr Michael Frank

geboren am: 09.01.1982

hat vom 06.09.2019 bis zum 08.09.2019

an der Zertifikatsausbildung

Sporternährung

im Umfang von 20 LE teilgenommen.

Dozentin: Annelie Voland

Inhalte:

- Grundlagen der Ernährung
- Fitnessmythen und – trends der Ernährung
- Ernährungsspezifische Strategien zum Muskelaufbau und Fettabbau
- Ernährung im Ausdauer- und Spielsport
- Sport und Essstörungen
- Supplemente und Superfoods
- Praxis: die besten Fitnessrezepte

Die Gebühr in Höhe von 180,- € wurde entrichtet.

08.09.2019

Dr. Christian Haberecht
Abteilungsleiter für Bildung
Leiter der Sportschule



Das Zertifikat ist unbegrenzt gültig und muss nicht verlängert werden.

Gerhard-Schlegel-Sportschule des Landessportbundes Berlin - Priesterweg 4-6 b - 10829 Berlin