

IN ZUSAMMENARBEIT MIT

Gymnasium
Wirtschaftsmittelschule
ALTE
KANTONSSCHULE
AARAU



Podium

ENERGIE

MONTAG, 24. APRIL 2017

BERUFSSCHULE AARAU

AULA

GEEHRTE DAMEN UND HERREN

NEBEN VIELEN ANDEREN FAKTOREN KANN AUCH DIE ERNÄHRUNG DIE LEISTUNGS- UND ERHOLUNGSFÄHIGKEIT STARK BEEINFLUSSEN. AM PODIUM ENERGIE WIRD DER ERNÄHRUNGSWISSENSCHAFTLER CHRISTOF MANNHART NICHT NUR WESENTLICHE LEISTUNGS- UND REGENERATIONSLIMITIERENDE ERNÄHRUNGSFAKTOREN SKIZZIEREN, SONDERN AUCH AUFZEIGEN, WIE DIESE LIMITEN IN RICHTUNG MEHR LEISTUNG UND BESSERE REGENERATION VERSCHOBEN WERDEN KÖNNEN.

CHRISTOF MANNHART HAT SICH NACH SEINEM STUDIUM IN LEBENSMITTELWISSENSCHAFTEN / AGRONOMIE UND HUMANERNÄHRUNG AN DER ETH ZÜRICH AUF DIE ERNÄHRUNG IN DEN BEREICHEN PRÄVENTION UND LEISTUNG SPEZIALISIERT. ER ARBEITET ENG MIT BERUFSSPORTLERN (TENNIS, SKI, RUDERN ...) UND VERBÄNDEN (SCHWEIZERISCHER FUSSBALLVERBAND, SWISS OLYMPIC ...) ZUSAMMEN.

ICH WÜNSCHE IHNEN EINEN LEHRREICHEN UND INTERESSANTEN ABEND.



PAUL KNOBLAUCH
REKTOR DER BERUFSSCHULE AARAU

MELDEN SIE SICH WENN MÖGLICH AN UNTER:
[DOODLE.COM/POLL/PHYYP5FW2QM6GRR4](https://doodle.com/poll/PHYYP5FW2QM6GRR4)

TITELBILD: JOEL ROTH
BERUFSLEARNENDER KOCH EFZ, MITGLIED DES U19- MOUNTAINBIKE A-KADERS

DIE FIRMA JOWA AG IN GRÄNICHEN BIETET JOEL ROTH UND WEITEREN JUNGEN SPORTLERINNEN UND SPORTLERN DIE MÖGLICHKEIT, LEHRE UND LEISTUNGSSPORT ZU VERBINDEN.

GETRÄNKE, BELEGTE BROTE, FRÜCHTE	1830
WIE VIEL SPORTERNÄHRUNG IST GENUG? ERNÄHRUNG FÜR OPTIMALE LEISTUNG UND ERHOLUNG	1900
PAUSE	2015
FRAGEN UND DISKUSSION NÜTZEN SIE DIE GELEGENHEIT UND STELLEN SIE SCHON FRAGEN BEI DER ANMELDUNG MIT HILFE DER FUNKTION "KOMMENTAR".	2030
SCHLUSS	2100

CHRISTOF MANNHART
DIPL. ING. ETH
NACHDIPLOMSTUDIUM IN HUMANERNÄHRUNG UND COUNSELING
KONTAKT: <http://www.consultingmannhart.ch>

