



# Sporternährung: Grundlagen | Ernährungsstrategien | Leistungsförderung

*Peter Konopka*

 **Download**

 **Online Lesen**

**Sporternährung: Grundlagen | Ernährungsstrategien | Leistungsförderung**

Peter Konopka

 [Download Sporternährung: Grundlagen | Ernährungsstrategien | L ...pdf](#)

 [Online Lesen Sporternährung: Grundlagen | Ernährungsstrategien | ...pdf](#)

# **Sporternährung: Grundlagen | Ernährungsstrategien | Leistungsförderung**

*Peter Konopka*

**Sporternährung: Grundlagen | Ernährungsstrategien | Leistungsförderung** Peter Konopka

## **Downloaden und kostenlos lesen Sporternährung: Grundlagen | Ernährungsstrategien | Leistungsförderung Peter Konopka**

---

192 Seiten

### **Kurzbeschreibung**

Fundiertes Basiswissen für Sportstudenten, Trainer, Übungsleiter und ambitionierte Sportler. Mit neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen für die einzelnen Sportartengruppen - von Ausdauer- bis Kraftsport.

Spezielle Fragen: gezielte Gewichtsabnahme, sinnvoller Einsatz von Nährstoffkonzentraten usw. Über den Autor und weitere Mitwirkende

Dr. med. Peter Konopka ist Internist, Sportmediziner und Yogalehrer. Er studierte Medizin an den Universitäten in Erlangen, Tübingen und München. Als Assistent des damaligen Vereinsarztes des FC Bayern München konnte er zusätzlich wertvolle sportärztliche Erfahrungen sammeln. Anschließend absolvierte er eine gründliche internistische Ausbildung und war von 1977 bis 2003 als Oberarzt in der II. Medizinischen Klinik am Zentralklinikum in Augsburg tätig. Neben seiner beruflichen Tätigkeit war er aktiver Radrennfahrer. Mit Radweltmeister Rudi Altig als Bundestrainer war er zwölf Jahre sportärztlicher Betreuer der Deutschen Rad-Nationalmannschaften der Straßenradrennfahrer und Quersfeldeinfahrer bei Trainingslagern und Etappenrennen sowie bei insgesamt 16 Weltmeisterschaften und Olympischen Spielen. Außerdem wurde er von seinem indischen Yogalehrer, Herrn Jonas Remedios, zum Yogalehrer ausgebildet und 1991 zu seinem Nachfolger als Leiter seiner Yoga-Schule in Augsburg bestimmt. Als Sachbuchautor hat er unter anderem die Bücher Sporternährung (BLV) und Richtig Rennrad fahren (BLV) verfasst.

Download and Read Online Sporternährung: Grundlagen | Ernährungsstrategien | Leistungsförderung Peter Konopka #P0AORJS3E6U

Lesen Sie Sporternährung: Grundlagen | Ernährungsstrategien | Leistungsförderung von Peter Konopka für  
online ebookSporternährung: Grundlagen | Ernährungsstrategien | Leistungsförderung von Peter Konopka  
Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher,  
Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen,  
Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Sporternährung:  
Grundlagen | Ernährungsstrategien | Leistungsförderung von Peter Konopka Bücher online zu lesen.Online  
Sporternährung: Grundlagen | Ernährungsstrategien | Leistungsförderung von Peter Konopka ebook PDF  
herunterladenSporternährung: Grundlagen | Ernährungsstrategien | Leistungsförderung von Peter Konopka  
DocSporternährung: Grundlagen | Ernährungsstrategien | Leistungsförderung von Peter Konopka  
MobipocketSporternährung: Grundlagen | Ernährungsstrategien | Leistungsförderung von Peter Konopka  
EPub