

INHALT

Ernährung in kraftbetonten Sportarten

342



333 EDITORIAL

336 **KURZ GEFASST**

338 **NACHLESE**

SCHWERPUNKT

342 Ernährung in kraftbetonten Sportarten

351 Glosse

352 Kohlenhydrate im Ausdauersport

EXTRA

362 Vitamin D und Leistungsfähigkeit

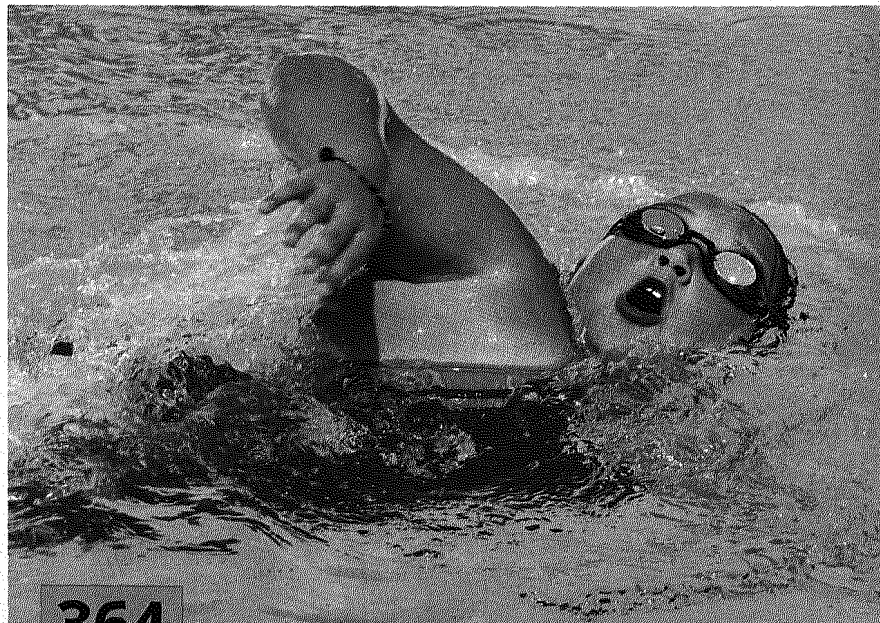
364 **BZgA: Nationale Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung**

366 WHO: Globaler Aktionsplan für mehr körperliche Aktivität

368 **LEBENSMITTELRECHT**

370 **WISSEN FÜR DIE PRAXIS**

372 **FORSCHUNG**

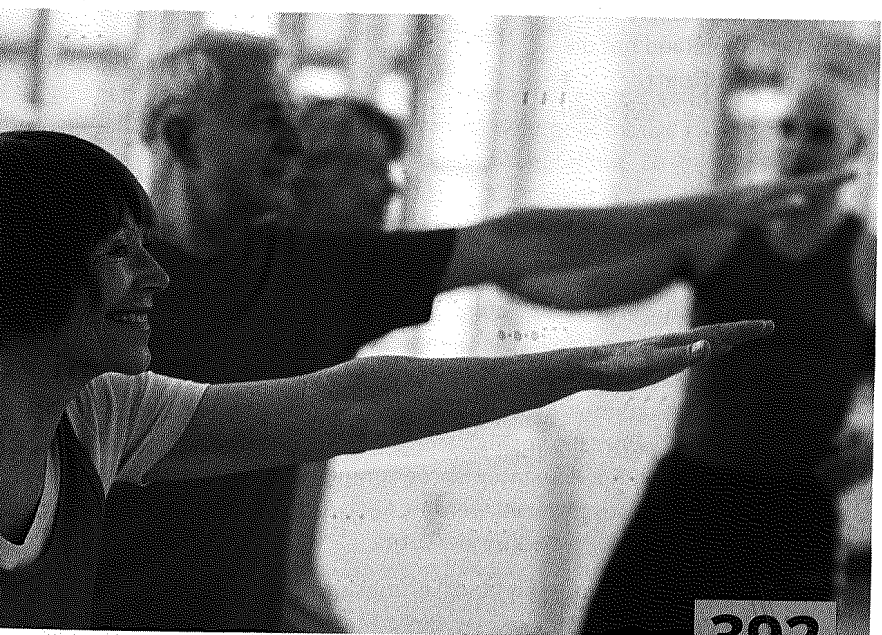


364

Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung

Selbstmitgefühl entwickeln und fördern

386



392

Bewegungsmuffel in der Ernährungsberatung motivieren

WUNSCHTHEMA

Multiple Sklerose

Einfluss der Ernährung auf Entstehung
und Verlauf

376

SCHULE – BERATUNG

Welternährung

Ernährungssensible Landwirtschaft –
Das NutriHAF-Projekt

382

Methodik & Didaktik

Selbstmitgefühl entwickeln und fördern

386

Forum

Aktion „Vom Wissen zum Handeln“

390

Tipps für die Praxis

392

Prävention & Therapie

Phytotherapie in der Behandlung
funktioneller Dyspepsie

394

Ernährungspsychologie

Herausforderungen in der Ernährungsberatung:
Binge Eating

400

BÜCHER

402

MEDIEN

404

VORSCHAU/IMPRESSUM

405