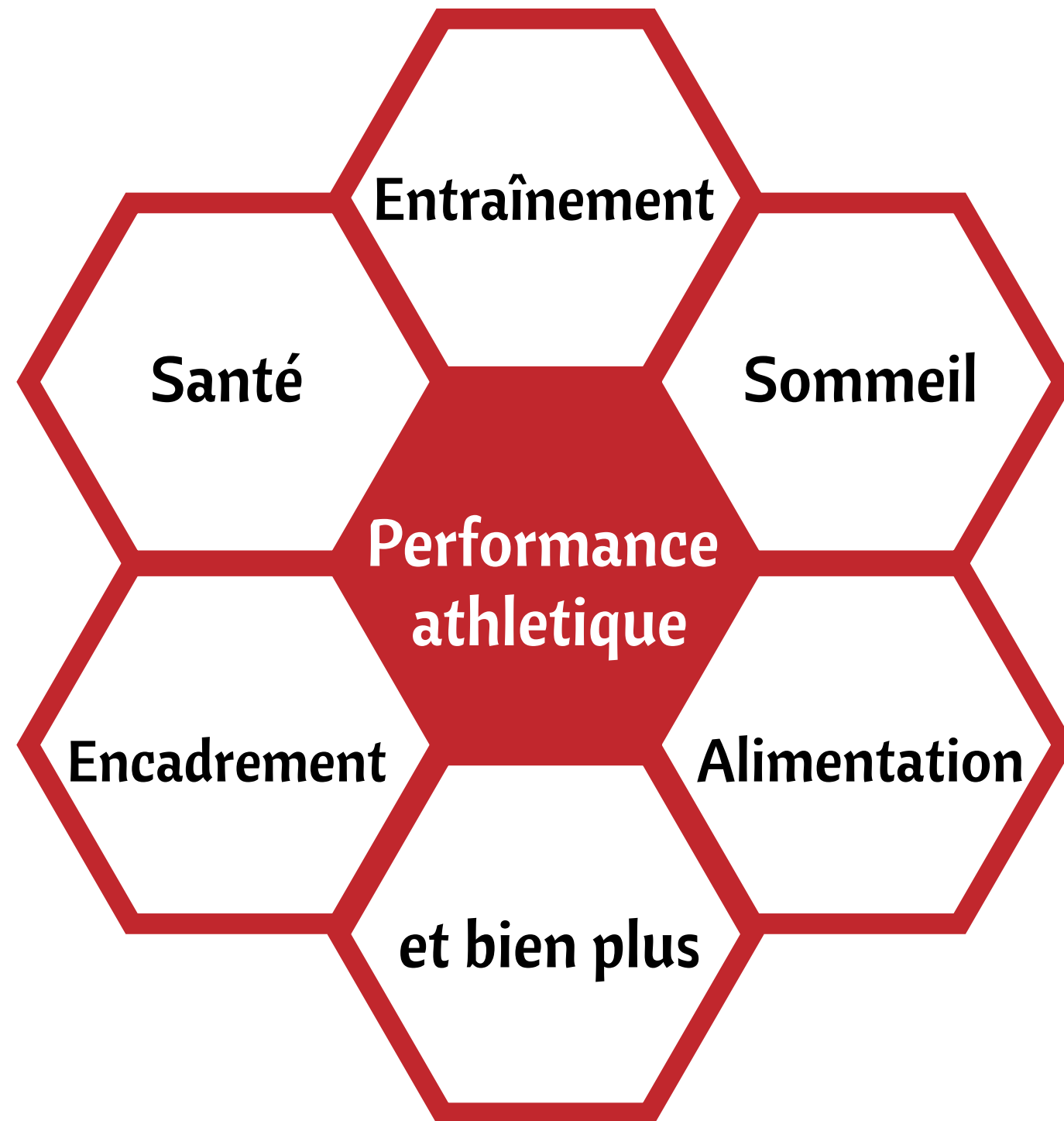


IMPORTANCE DE LA NUTRITION DANS LE SPORT

SWISS
SPORTS
NUTRITION
SOCIETY



Le facteur de performance le plus important ?

Selon le moment de la carrière sportive, un ou plusieurs facteurs prédominent, tandis que d'autres sont (temporairement) relégués au second plan.

L'importance de la nutrition ?

Cela ne fait de personne un champion, mais cela vous permet d'obtenir la meilleure performance possible. D'autre part, de mauvaises décisions en matière de nutrition peuvent empêcher les champions de réaliser des performances de haut niveau.