

INHALT

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

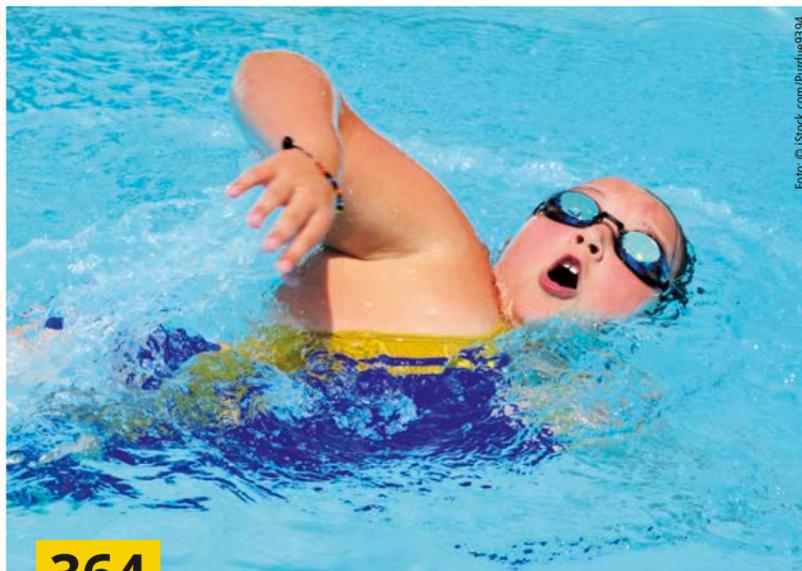
364 **BZgA: Nationale Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung**

366 WHO: Globaler Aktionsplan für mehr körperliche Aktivität

368 **LEBENSMITTELRECHT**370 **WISSEN FÜR DIE PRAXIS**372 **FORSCHUNG**

Ernährung in kraftbetonten Sportarten

342



364

Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung

Selbstmitgefühl entwickeln und fördern

386



392

Bewegungsmuffel in der Ernährungsberatung motivieren

WUNSCHTHEMA

Multiple Sklerose _____ 376
Einfluss der Ernährung auf Entstehung und Verlauf

SCHULE - BERATUNG

Welternährung _____ 382
Ernährungssensible Landwirtschaft – Das NutriHAF-Projekt

Methodik & Didaktik _____ 386
Selbstmitgefühl entwickeln und fördern

Forum _____ 390
Aktion „Vom Wissen zum Handeln“

Tipps für die Praxis _____ 392

Prävention & Therapie _____ 394
Phytotherapie in der Behandlung funktioneller Dyspepsie

Ernährungspsychologie _____ 400
Herausforderungen in der Ernährungsberatung: Binge Eating

BÜCHER _____ 402

MEDIEN _____ 404

VORSCHAU/IMPRESSUM _____ 405