

## 3. Jahrestagung

# Swiss Sports Nutrition Society

7. und 8. Juni 2018 in Nottwil

Update Supplementguide  
Ernährung & mentale Leistung  
Tierisches vs. pflanzliches Protein  
Nahrungsmittelunverträglichkeiten  
Ernährung und jugendliche Athleten  
Gen-Analysen in Ernährung und Sport  
Gewichtsmanagement in Fitness & Sport

Netzwerk Sporternährung



### Ziel der Jahrestagung

Fachleute aus dem In- und Ausland präsentieren Ihnen die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse aus der Sporternährung. Dabei wird immer auch die praktische Anwendung diskutiert.

### Publikum

Die Jahrestagung richtet sich an mit Sportlerinnen und Sportlern arbeitenden Personen. Fachleute der Ernährung oder aus dem medizinischen Bereich, Trainer oder Chefs Leistungssport und weitere Interessierte der Sporternährung stellen den grossen Teil des Publikums dar. Grundlagen in Ernährung und Ernährungsphysiologie werden vorausgesetzt.

### Open Apéro

Am Abend des ersten Tages haben Sie im Open Apéro die Möglichkeit, Ihr Netzwerk in Sporternährung zu erweitern und mit den Fachleuten Ihre individuellen Fragen zu erörtern. Das Abendgespräch mit einem führenden Sporternährungswissenschaftler und einem internationalen Spitzensportler zum Thema «Sports Nutrition: The Young Athlete» schliesst den Vortag ab.

Die Vorträge werden auf Englisch oder Deutsch gehalten (keine Übersetzung).

### Tagungsort

Guido A. Zäch Institut des Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) Nottwil. Übernachtungsmöglichkeiten gibt es direkt vor Ort im Seminarhotel Sempachersee des Schweizer Paraplegiker-Zentrums.

### Kongressabend

Am 7. Juni findet ab 20 Uhr der Kongressabend statt. Kosten 75 CHF (inkl. Essen & Getränke).

### Gebühr

SSNS Jahrestagung	7. & 8.6.2018 **	
	bis 30.4.2018	ab 1.5.2018
SSNS Mitglieder	270 CHF	320 CHF
SSNS Studierende	60 CHF	110 CHF
*Nicht-Mitglieder SSNS	370 CHF	420 CHF
Kongressabend	75 CHF	75 CHF

\* Mitgliedschaft plus Tagungsgebühr ist günstige, siehe <http://www.ssns.ch>

\*\* Einzelne Tage nicht möglich

### Anmeldung

Die Anmeldung zur Tagung erfolgt über die Webseite <http://www.ssns.ch>. Anmeldeschluss: 1.6.2018

### Fortbildungspunkte

SSNS Jahrestagung SGSM: 9 Punkte (tbc)



### Silber Sponsor



### Bronze Sponsor



**Do, 7.6.2018** Auditorium 1 GZI, SPZ Nottwil

15:30-16:00 Registrierung

16:00-17:00 **Nahrungsmittel-Intoleranzen und Sport: Ohne Laktose, Gluten, etc. zu Höchstleistungen?**

*Beatrice Schilling, BSc, Ernährungsberaterin FH/SVDE, Baden*

17:00-17:30 Pause & Ausstellung

17:30-18:30 **Sporternährung beim heranwachsenden Athleten (d)**

*Dr. Claudia Osterkamp-Baerens, Olympiastützpunkt Bayern, Deutschland*

18:30-19:30 **Open Apéro: Meet & Greet in Sports Nutrition (d/e)**

*Speakers & Swiss Sports Nutrition Society Gold members*

**mit Podiumsdiskussion «Sporternährung im Nachwuchssport»**

*Dr. Claudia Osterkamp-Baerens & Spitzensportler*

**Fr, 8.6.2018** Auditorium 1 GZI, SPZ Nottwil

ab 8:15 Registrierung SSNS Jahrestagung

8:45-9:00 **Begrüssung**

*Vorstand SSNS*

9:00-9:45 **Sports Nutrition and the Brain (e)**

*Prof. Romain Meeusen, Professor Humanphysiologie, Vrije Universiteit Brussels, Belgien*

9:45-10:30 **Genetische Analysen in der Ernährung: Alles Humbug? (d)**

*Prof. Hannelore Daniel, Professorin Ernährungsphysiologie, Technische Universität München*

10:30-11:00 Pause & Ausstellung

11:00-11:45 **Sporternährung für Olympia-Athleten in Deutschland und Österreich (d)**

*Dr. Claudia Osterkamp-Baerens, Olympiastützpunkt Bayern, Deutschland*

11:45-12:30 **Gewichtsmanagement in Fitness & Sport (d)**

*Dr. Paolo Colombani, Consulting Colombani GmbH & CSO, Vegisan AG, Lutzenberg, Schweiz*

12:30-13:45 Mittagspause & Ausstellung

13:45-14:30 **Animal or plant protein: Does it matter? (e)**

*Jordan Philpott BSc (Hons), PhD Researcher, University of Stirling, Scotland*

14:30-15:15 **Update Schweizer Supplementguide (d/e)**

*Arbeitsgruppe Science & Knowledge, Swiss Sports Nutrition Society*

15:15-15:30 **Ausblick**

*e = Englisch, d = Deutsch*