

Sport



[1]

Vor allem tierisches Eiweiss gilt unter Sportlern als wichtigste Quelle für den Muskelaufbau. Doch zahlreiche Vegetarier beweisen, dass es auch anders geht.

[Brauchen Sportler Fleisch?](#) [2]

Kurze Einführung von Prof. Dr. em. Marcel Hebbelinck

[Erfolgsgeschichten](#) [3]

Von der Theorie zur Praxis. Die Erfolge von vegan lebenden Sportlern sprechen für sich.

[Gesundheitsfrage an Dr. Laurence Froidevaux](#) [4]

Die vegan lebende Dr. Laurence Froidevaux beantwortet im Veg-Info regelmässig Fragen zum Thema Veganismus und Gesundheit. Diesmal mit dem Schwerpunkt Sport.

[NURMI-Study](#) [5]

Studie über Ernährung und Ausdauersport.

[Sport & Vegetarismus](#) [6]

Was vegane Sportler wissen sollten.

Letzte Aktualisierung: 28.08.2017

Source URL (modified on 28.08.2017 - 10:23): <https://www.swissveg.ch/node/223?language=it>

Links

[1] <https://www.swissveg.ch/node/223?language=it>

[2] <https://www.swissveg.ch/node/2350>

[3] <https://www.swissveg.ch/node/225>

[4] <https://www.swissveg.ch/node/1573>

[5] https://www.swissveg.ch/nurmi_study

[6] <https://www.swissveg.ch/node/328>