

## Erfolgsgeschichten



[1]

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

[Bodybuilder](#) [2]

Wie Sie auch ohne tierisches Eiweiss zu einem gestählten Körper gelangen.

[Höchstleistungen](#) [3]

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

[Marathonläufer](#) [4]

Vom Couchpotatoe zum Ausdauersportler. Wie Joost Oerlemans zum Veganer und Sportler wurde.

[Triathleten](#) [5]

Sanna Almstedt ist deutsche Triathlon Rekordhalterin.

[Vegan Fitness activity week in Manchester](#) [6]

Bei der activity week 2005 in Manchester trafen sich etwa 30 Forummitglieder aus verschiedenen Ländern um sich kennen zu lernen, gemeinsam aktiv zu sein und neues sportliches Terrain zu beschnuppern.

Letzte Aktualisierung: 04.02.2020

**Source URL (modified on 04.02.2020 - 08:57):** <https://www.swissveg.ch/node/225?language=it>

### Links

[1] <https://www.swissveg.ch/node/225?language=it>

[2] <http://www.swissveg.ch/node/232>

[3] <http://www.swissveg.ch/node/337>

[4] <http://www.swissveg.ch/node/234>

[5] <http://www.swissveg.ch/node/235>

[6] <http://www.swissveg.ch/node/336>