

Swiss Sports Nutrition Society



Im Vergleich zu den führenden Nationen hat die Schweiz in der Sporternährung noch viel Raum zur Optimierung. Während es beispielsweise in Australien seit 1996 eine Gesellschaft für akkreditierte Sporternährungsberatende gibt, fehlt in der Schweiz nicht nur eine entsprechende Gesellschaft, sondern auch eine Ausbildung in Sporternährungsberatung. Und auch auf der akademischen Schiene sucht man in der Schweiz einen Master in Sports Nutrition, wie er beispielsweise an der amerikanischen University of Colorado oder der Loughborough University in Grossbritannien angeboten wird, vergebens. Ohne solche Grundausbildungen mit einhergehenden Titelbezeichnungen ist es daher für die meisten Leute schwierig zu beurteilen, wer in Fragen der Sporternährung überhaupt mit einer gewissen Qualität Support liefern kann.

Und entsprechend ist auch nicht wirklich bekannt, was eine Grundausbildung zur Fachperson in Sporternährung überhaupt beinhaltet. Notwendig sind profunde Kenntnisse der allgemeinen Physiologie und Biochemie sowie deren Pendanten der Sportphysiologie und -biochemie, der Trainingswissenschaften, der Lebensmittelchemie sowie -verarbeitung und nicht zuletzt des Konsumentenverhaltens. Die Dauer einer solchen Grundausbildung entspricht derjenigen eines Masterstudiums, also gute fünf Jahre. Und zwar unabhängig davon, ob die angewandte Beratungsschiene oder die wissenschaftliche Ebene im Vordergrund des Studiums steht.

Ein Bedarf an Support in Sporternährung ist aber sicherlich vorhanden. Dies ist einer der Gründe, weshalb bereits 1998 eine erste unabhängige Anlaufstelle für fundierte Informationen in Sporternährung gegründet wurde: das Swiss Forum Sport Nutrition. Das Forum entstand damals als lose und kleine Gruppierung von in der Sporternährung wissenschaftlich tätigen Fachleuten. Das Ziel des Forums war und ist immer noch, wissenschaftlich fundierte Informationen zur Sporternährung auf einfach verständliche, möglichst kompakte Arte und Weise frei anzubieten. Swiss Olympic unterstützt dabei das Forum seit Jahren.

Das Forum hat schon einiges für die Sporternährung in der Schweiz erzielt. So wurde, in Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Sport und der ETH Zürich, die Lebensmittelpyramide für Sportler/innen erstellt. Die Pyramide ist heute in

sechs Sprachen übersetzt und erzielte über 200 000 Downloads. Und auch die Faktenblätter zur Sporternährung werden regelmässig besucht. Es braucht aber mehr als das Forum, um die Sporternährung in der Schweiz zu festigen. Neben einer Grundausbildung oder zumindest einer Zertifizierungsstelle für Fachleute in Sporternährung brauchte es auch ein offizielles Gefäss für die Sporternährung.

Dieses Gefäss wurde nun mit der Gründung der Swiss Sports Nutrition Society (SSNS) am 10. Juli 2014 geschaffen. Die SSNS ist ein offizieller Verein nach Art. 60 ff. des Schweizerischen Zivilgesetzbuches und hat als Hauptzweck die Förderung, Verbreitung und Unterstützung der wissenschaftlich fundierten Sporternährung. Die SSNS führt im Wesentlichen zwei Mitgliederkategorien, die *Silber-* und die *Bronze-Mitgliedschaft*. Während die *Silber-Kategorie* für in Sporternährung ausgebildete Fachleute reserviert ist und vom SSNS Vorstand vergeben wird, können alle Interessierten *Bronze-Mitglied* werden. Die Hauptnutzen für alle Mitglieder sind: kommentierte Science Updates rund um die Sporternährung, aktuelle und detaillierte Grundlagen zur Sporternährung, kurze Videopodcasts zu aktuellen Themen der Sporternährung, Rezensionen von Fachbüchern und vergünstigte Eintritte bei SSNS-Anlässen. Somit ergänzt es das Angebot des Swiss Forum Sport Nutrition um zeitnahe und ausführlichere Informationen rund um die Sporternährung. Für Mitglieder anderer, im Sportbereich aktiven Gesellschaften, wie z.B. die SGSM oder sportfisio, bietet die SSNS zudem eine Mitgliedschaft zu einem reduzierten Jahresbeitrag an.

Dreh- und Angelpunkt der SSNS ist ihre Webseite (<http://www.ssns.ch>), die zweisprachig verfasst ist (deutsch und französisch). Die Webseite wurde zeitgemäss im Responsive Design erstellt und somit sind ihre Inhalte mit allen Endgeräten jederzeit griffbereit. Wir sind überzeugt davon, dass mit der Gründung der SSNS die Weichen für eine bessere und stärkere Sporternährung in der Schweiz gestellt wurden. Und wir freuen uns über alle Mitglieder und Gesellschaften, die nun den weiteren Weg der Sporternährung mit uns gehen wollen.

Im Namen der Swiss Sports Nutrition Society
Dr. Paolo Colombani, SSNS-Präsident