



Der Schweizer Supplementguide liefert kompakte Informationen zu den wichtigsten Supplementen (mit für Smartphones formatierten Infografiken).

www.supplementguide.ch



Sie suchen eine Fachperson in Sporternährung? Die Swiss Sports Nutrition Society führt eine Datenbank von zertifizierten Fachpersonen.

www.ssns.ch/support/fachpersonen-suche/

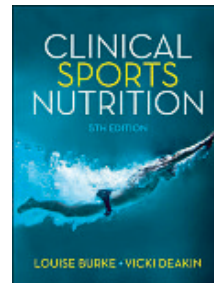


Infografiken zur Sporternährung vom Sportwissenschaftler Yann Le Meur.

www.ylmsportscience.com/category/nutrition/

Louise Burke, Vicki Deakin: Clinical Sports Nutrition.

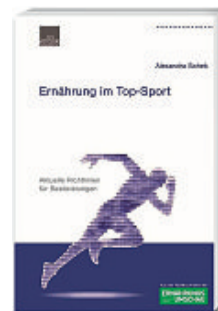
McGraw-Hill Book Company Australia, 5. Auflage, 2015.
ISBN: 9781743073681



Mit Clinical Sports Nutrition steht eine exzellente Referenz für praktische, auch klinische, Aspekte der Sporternährung zu Verfügung. Die 25 Kapitel decken viele Bereiche ab und machen das Buch zu einem aktuellen Nachschlagewerk der Extraklasse. Es eignet sich als Lehrbuch für alle diejenigen, die bereits gute Kenntnisse der Humanernährung oder Sportphysiologie haben, aber noch über keine vertiefte Ausbildung in Sporternährung verfügen.

Alexandra Schek. Ernährung im Top-Sport. Aktuelle Richtlinien für Bestleistungen.

Umschau Zeitschriftenverlag, Wiesbaden, 2013
ISBN: 978-3-930007-35-6



Ernährung im Top-Sport ist eines der wenigen empfehlenswerten Bücher zur Sporternährung in deutscher Sprache. Es bietet einen kompakten Überblick der gesamten Sporternährung dar und eignet sich insbesondere als Einstieg in die Thematik beziehungsweise für alle, die sich nicht täglich mit der Sporternährung befassen.

Christophe Hausswirth. Nutrition et Performance du sport : La science au bout de la fourchette

INSEP-Publications, 2012
ISBN: 978-2-86580-194-7



Das Buch von Hausswirth ist ein Standardwerk der Sporternährung in französischer Sprache. Die fachliche Qualität ist hochstehend, wenn auch nicht mehr ganz aktuell (die englische 2015er-Auflage wurde überarbeitet). Dennoch bietet es einen guten Überblick und eignet sich als Einstieg in die Thematik.