



# ERNÄHRUNGSBERATUNG

Ausrichter ist die „Stadtwerke Basketball-Akademie“, ein Projekt des UBC-Münster mit dem WWU-Baskets Hauptsponsor, der Stadtwerke-Münster. Das Projekt soll Kinder und Jugendliche für den Sport begeistern und besondere Talente fördern. Außerdem hat sich die Akademie zur Aufgabe gemacht, den Teilnehmern Themen wie Fleiß, Ernährung, Disziplin und Teamwork näher zu bringen.

## DATUM, ORT

29.04.2017 – 10.00-12.00 Uhr

Dreifachturnhalle Pascalgymnasium, Uppenkampstiege 17, Münster

## ADRESSATEN

Jugendspieler/-innen des UBC und aller Mitgliedsvereine des Basketballkreises (BBKMS) Münster, sowie Eltern oder Interessierte

## **INHALT**

Burger oder Salat – wie gewinnt man mit der richtigen Ernährung das Spiel?  
Thema der Akademie „Ernährung für Sportler“ sind Tipps für die richtige Ernährung und Trinkverhalten in der Vorbereitung und an Wettkampftagen.

## **LEITUNG**

Frank Müller (Jugendleistungssport-Koordinator UBC)

## **REFERENTEN**

Kathrin Möhler (Ernährungswissenschaftlerin und Master-Studentin  
„Ernährung und Gesundheit“ in Münster)

## **KONTAKT**

UBC Münster e.V. | Hammerstr. 420 | 48153 Münster  
[www.ubc.ms](http://www.ubc.ms) | [info@ubc.ms](mailto:info@ubc.ms) | +49 (251) 97803 – 13

