

# Vegane Ernährung für Sportler/innen

<b>Titel</b>	Vegane Ernährung für Sportler/innen
<b>Zulassungsnummer</b>	7385921

---

## Veranstalter

<b>Adresse:</b>	ecodemy GmbH Fritz-Schäffer-Str. 1 53113 Bonn
<b>Telnr:</b>	+49 2247 7584679
<b>E-Mail-Adresse:</b>	info@ecodemy.de
<b>Webseite:</b>	<a href="https://ecodemy.de">https://ecodemy.de</a>

---

## Lehrgangsziel

Vermittlung von Fachkenntnissen über vegane Ernährungsstrategien rund um Training und Wettkampf, deren vegane Umsetzung und den zu beachtenden Faktoren

---

## Inhalte

<b>Lehrgangsinhalte:</b>	Vegane Ernährung für Sportler/innen: Vorteile, Beratung, Herausforderungen, Energiebilanz: Der Dreh- & Angelpunkt, Makro-, Mikronährstoffe und Supplemente, Flüssigkeitshaushalt, Ernährung und Verletzung, Medikamenteneinnahme, Schlaf, Sporternährung für Kinder & Jugendliche, Ernährungsstrategien um Training und Wettkampf, Erfassung und Kontrolle der Nährstoffaufnahme, Umsetzung der Ernährungsplanung im Alltag, Gewichtsmanagement, Gestörtes Essverhalten und Essstörungen, Verlaufskontrolle & Anpassungen des Plans
--------------------------	---

<b>Medien, die Bestandteile des Fernlehreangebots sind:</b>	u.a. 4 Skripte (auch als PDF-Download), Studienkompass, 19 Videos , Selbstkontrollaufgaben, Multiple-Choice-Tests, Lerncommunity, digitale Nährstoffdatenbank auf einer digitalen Lernplattform
---	---

---

## Abschluss

<b>Abschluss:</b>	institutsinterne Prüfung
<b>Art des Abschlusses:</b>	institutsinterne Prüfung

---

## Voraussetzungen

<b>Teilnahmevoraussetzungen:</b>	empfohlen wird eine erfolgreich abgeschlossene Ausbildung zum/zur (veganen) Ernährungsberater/in; technische Voraussetzungen: handelsüblicher PC mit Internet-Zugang, Internetfähiges Endgerät mit aktuellem Browser und PDF-Reader
<b>Prüfungsvoraussetzungen:</b>	Nachweis ausreichender Vorbereitung

---

## Kosten

<b>Teilnahmekosten (Gesamtkosten):</b>	498,00 €
<b>Lehrgangskosten:</b>	498,00 €
<b>Kosten für (externe) Prüfungen:</b>	0,00 €
<b>Anzahl der Raten:</b>	2
<b>Höhe der Raten:</b>	249,00 €

Die Teilnehmerkosten können Veränderungen erfahren haben, die der ZFU zum Redaktionsschluss noch nicht vorlagen. Aktuelle Gebühren, Kosten und Erläuterungen dazu erhalten Sie beim Fernlehrinstitut.

---

## Zeitraumen

<b>Gesamtdauer in Monaten:</b>	2.00
<b>Gesamtdauer in Stunden:</b>	181
<b>Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:</b>	21.00

<b>Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):</b>	0
<b>Präsenzunterricht:</b>	Ist nicht vorgesehen