

Спортивное питание и здоровье человека

{ Работу выполнила ученица 11 класса Кузнецова
Юлия

- Растет заинтересованность людей в занятиях фитнесом.
- Повышение количества продукции питания в магазинах.

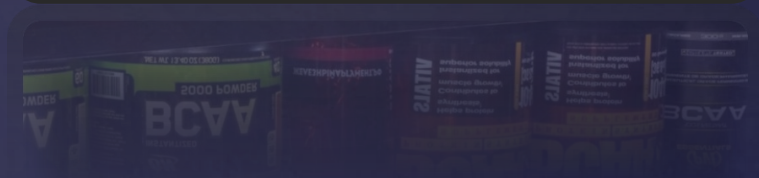
Проблема проекта

- Проанализировать основные принципы спортивного питания и оказываемые или влияния на человека.

Цель проекта

Спортивное
питание приносит
МИЛЛИАРДЫ
долларов дохода
ежегодно.

}



{ Фил Хит



{ Рич Пиан





Хочется отметить, что Спортивное питание – это ЕДА!

- Удобство хранения и применения.
- Возможность выбора скорости усвоения.
- Как правило, белок из протеина на 100 г получается дешевле, чем белок из того же самого мяса.
- Достаточно высокая пищевая ценность (хорошие аминокислотные и белковые сочетания).
 - Удобство дозирования больших доз нутриентов

Преимущества спортивного питания