



Christian Frank
Diplom Oecotrophologe

Leistungen :

Vorträge

- Sporternährung
- Ernährungswissenschaftliche Themen
- Ernährungs- und Gewichtsmanagement
- Allgemeine Ernährungsthemen

Seminare und Schulungen

- Allgemeine Sporternährung
- Sportartspezifische Ernährung
- Körpertypenabhängige Ernährung
- Ernährungs- und Gewichtsmanagement

Events

- Kochkurse zu den Seminar- und Schulungsthemen
- Anpassung eines Ernährungsplans an den Alltag
- Stoffwechseltraining zur Gewichtsreduzierung
- Kulinarisches Erlebniswochenende

Betreuung

- Konzeptionierter Aufbau einer Sporternährungsabteilung in Vereinen und Verbänden
- Ernährungswissenschaftliche Mannschafts- und Einzelbetreuung
- Erstellung von Sporternährungskonzepten für Hotelküchen
- Onlineberatung