

Seminaro data: 2021 04 24

Seminaro vieta: **online** (nuoroda bus atsiųsta el.paštu prieš prasidedant renginiui)

Seminaro trukmė – **10 - 14 val.**

Lektorius doc. dr. Ramutis Kairaitis.

Seminaro turinys:

10.00 – 10.30. Bendros žinios apie maisto papildus (MP). MP klasifikacija.

10.30 – 11.30. Kaip pasirinkti MP ? Ar MP veiksmingi ir/ar reikalingi?.

11.30 - 12.30 – MP norintiems gyventi sveikai.

12.30 – 14.00 - MP sportuojantiems: kreatinas, kofeinas, beta alaninas, l-karnitinas, azoto oksido (NO) prekursoriai. MP kūno masės kompozicijos valdymui (antsvoriui mažinimui ar liesos raumenų masės didinimui).

Dėl papildomos informacijos prašome kreiptis el. paštu: info@sportoakademija.lt arba telefonu 8 613 29199.