

## Sportsernæring Råd og vejledning om kost ifm eliteidræt

Team Danmark og Fredericia Eliteidræt holder workshop for talenter, forældre og trænere. Der er fokus på kost og ernæring i forbindelse med elitesport/træning

**Hvornår:****Mandag d. 28. Sept 2020****8 X kl. 16.30 – 18.45****8 Y kl. 19.00 – 21.15****Hvor:****ADP Lounge, Fredericia  
Idrætscenter,****Underviser****Lene Bundgaard, Team  
Danmark i samarbejde med****Om deltagelsen – talenter og forældre i 8.talentklasse mm.**

Der er mødepligt for talenter med forældre for alle i 8. talentklasse samt talenter i 9. talentklasse, der mangler forløbet. Talenter skal medbringe forældre (kun én pga Corona).

**Spørgsmål i øvrigt**

Eventuelle spørgsmål kan rettes til Fredericia Eliteidræt, idrætschef, Keld Vestergaard på 40 59 68 71. og/eller talentkoordinator Boris Bjulver 23 44 52 95

Vel mødt

På Fredericia Eliteidræts vegne  
Keld Vestergaard