

## **Výživa a pohybová aktivita I: Zkouškové otázky**

- 1) Výpočet a potřeba energie v silových sportech**
- 2) Metabolismus a potřeba bílkovin v silových sportech**
- 3) Metabolismus a potřeba sacharidů v silových sportech**
- 4) Metabolismus a potřeba tuků v silových sportech**
- 5) Doplnky stravy v silových sportech**
- 6) Hubnutí u sportovců**
- 7) Nabírání u sportovců**
- 8) Female Athlete Triad**
- 9) Výpočet a potřeba energie ve vytrvalostních sportech**
- 10) Metabolismus a potřeba bílkovin a tuků ve vytrvalostních sportech**
- 11) Metabolismus a potřeba sacharidů ve vytrvalostních sportech**
- 12) Nízkosacharidová/keto a klasická strava (low-fat) v silovém sportu**
- 13) Nízkosacharidová/keto a klasická strava (low-fat) ve vytrvalostním sportu**
- 14) Doplnky stravy ve vytrvalostním sportu**
- 15) Výživa a doplnky stravy ve sportu u dětí**