

# THEMAMIDDAG SPORT EN VOEDING(SUPPLETIE)

*Topsporters hebben goede voeding nodig om te presteren. Dat weet iedereen. Toch valt er op het gebied van sport en voeding nog een wereld te winnen. Young Food Supplement Professionals komen donderdag 4 juni bijeen om inzicht te krijgen in de ontwikkelingen in de sport en sportvoeding en de kansen die daar voor bedrijven liggen. Ook andere geïnteresseerden zijn van harte welkom!*

**DONDERDAG 4 JUNI 2015**

**HOTEL PAPENDAL, Papendallaan 3 te Arnhem**

Tijdens deze themamiddag vertellen sporters en sportbegeleiders over hoe in de sport gedacht en gewerkt wordt met voeding en supplementen. Ook komen trends in de markt van producten voor sporters aan bod. En gaan we in op onderzoeksvragen en technologieën en de ervaringen van bedrijven die al op het terrein van sportvoeding actief zijn.

## **Programma**

**13:00**            **Ontvangst**

**13:30**            **Welkom**

### **Trends in de markt van sportvoedingsproducten**

*Anneke Palsma, Palsma Sportvoedingsadvies*

Anneke heeft brede ervaringen in de sportwereld als sportdiëtiste, voedingswetenschapper en beleidsmedewerker Preventie van de Dopingautoriteit. Sinds 2011 is zij gestart met haar eigen sportvoedingsadviesbureau. Daarmee begeleidt ze zowel top- als recreatieve sporters, teamsporters en fitnessers. In haar blog geeft Anneke elke week haar mening over sport en voeding gerelateerde zaken ([www.sportvoedingsadvies.eu](http://www.sportvoedingsadvies.eu)).

### **Ervaringen van een sporter**

*Evelien Ruijters, waarnemend huisarts en atlete*

Evelien is huisarts en hardlooperster in Zuid-Limburg. Op [www.eefloopt.nl](http://www.eefloopt.nl) blogt ze over haar passie voor hardlopen en haar werkende leven in de huisartsenpraktijk. Omdat meer bewegen kan zorgen voor een grotere gezondheidswinst, streeft ze er naar om meer mensen aan het sporten te krijgen. Rust roest, immers!

Met behulp van haar trainer, sponsors en faciliteiten hoopt ze daarnaast haar records te verbreken en op nationaal niveau podiumplaatsen te behalen. Momenteel is Evelien in training voor haar debuut op de marathon.

### **Ervaringen van een (orthomoleculair) sportadviseur**

*Wouter de Jong, sportdiëtist en orthomoleculair therapeut*

Wouter specialiseerde zich in de effecten van voeding op het menselijk lichaam en leerde daarbij de kracht van superfoods kennen. Als diëtist specialiseerde hij in de (top)sport en Orthomoleculaire geneeskunde en natuurlijke voedingsleer. Hij is een gepassioneerd spreker en geeft regelmatig lezingen en presentaties.

### **Topsport en wetenschap**

*Ingrid Ceelen, team Voeding NOC\*NSF, HAN Sport en Bewegen en InnoSportslab*

Ingrid is als sportdiëtist betrokken bij het Nationale zwemteam, Paralympische zwemteam en het Nationale korfbalteam. Bij InnoSportLab Papendal is zij verantwoordelijk voor het voedingsonderzoek bij groepen sporters. Daarnaast voert zij samen met collega's van het InnoSportLab trajecten uit voor het monitoren van effecten van specifieke sportvoedingsproducten in de praktijk.

**15:00**

**pauze**

### **Een vijftwintigste suikerklontje opgelost in een Olympisch zwembad**

*Erik Duiven, Dopingautoriteit*

Erik is bewegingswetenschapper en gezondheidsvoorlichter. In zijn rol als Voorlichter Topsport is hij mede verantwoordelijk voor de ontwikkeling van het Nederlands Zekerheidssysteem Voedingssupplementen Topsport (NZVT). Ook doet hij onderzoek naar de bewuste en onbewuste vervuiling van supplementen.

### **Succesverhaal van een bedrijf (marketing)**

*Holland Pharma & schaats- en skeelertalent Manon Dol*

Holland Pharma steunt een aantal Nederlandse topsporters, onder andere door ze de juiste voedingssupplementen aan te bieden. Waaronder Manon Dol, die 2<sup>e</sup> werd op het NK Marathon schaatsen en klaarstaat voor een nieuw seizoen inline-skaten.

**15:40**

**Plenaire discussie**

**→ Wat is er nodig om een goed gebruik van supplementen in de sport te optimaliseren?**

**16:30**

**Afsluiting**

**Tot 17:00**

**Borrel en Netwerken**