Anti-doping seminar

- *#fitspiration gone wrong!*
- *Rent idrettslag*
- *Doping som samfunnsproblem*
- *Kosttilskudd - er det nødvendig?*



Billettar:

Kjøpast via Ørsta Kino sine nettsider og ebillett.
Pris: 190 kr for vaksen, 140 kr born t.o.m. 16 år.

PROGRAM

1700 – 1705
Velkomen ved ToppTrening v/Trude Flø Johnsen

1705 – 1715
Orientering frå Sunnmøre Politidistrikt v/Pål Inge Olsen

1715 – 1805
Ernæringsfysiolog Therese F. Mathisen «#fitspiration gone wrong!» – instagram og sjuklige forbilder

1805 – 1810
Informasjon om «Rent idrettslag» v/Erlend Andersen

1815 – 1900
Anti-Doping Norge v/Eirin N. K. Rise
"Doping som samfunnsproblem. Kva er doping og anabole steroidar, kva bivirkningar gir dette? Kosttilskudd; kva er det og er det nødvendig? Er det tilstrekkelig med riktig kosthold og trening?»

1900 – 1905
Slutt, evnt. spørsmål

Eirin N. K. Rise

Eirin er AntiDoping Norge sin representant og reiser rundt i heile Norge og held foredrag om doping som samfunns-problem, biverknadar av misbruk, kosttilskudd og trening.

RENT SENTER

Therese F. Mathisen

Ernæringsfysiolog, tidlegare aktiv utøvar i styrkeløft og Atletic Fitness, Ph.d. stipendiat v/Norges Idretts-høgskule – bruk av trening som behandling av spiseforstyrrelser. Dette er heilt klart eit foredrag alle foreldre, lærarar, trenarar, ungdommar og alle som interesserer seg for neste generasjon bør få med seg.



TOPP TRENING