

Brandenburg – Polska**Polsko – Niemiecka Konferencja pn. „Medal na talerzu” /****Polnisch – Deutsche Konferenz „Medaille auf dem Teller”**

Projekt realizowany z Funduszu Małych Projektów (FMP) w Euroregionie „Sprewa-Nysa-Bóbr” dla Programu Współpracy INTERREG VI A Brandenburgia – Polska 2021-2027 w ramach Europejskiej Współpracy Terytorialnej. / Das Projekt wird im Rahmen des Kleinprojektfonds (KPF) in der Euroregion Spree-Neiße-Bober für das Kooperationsprogramm INTERREG VI A Brandenburg - Polen 2021-2027 im Rahmen der Europäischen Territorialen Zusammenarbeit realisiert

Organizator / Organisator:

Wojewódzki Ośrodek Sportu i Rekreacji im. Z. Majewskiego w Drzonkowie
w partnerstwie z Stadtsportbund Cottbus e.V. Dresdener Strasse 18, 03050 Cottbus

/ Z.Majewski Woiwodschaftszentrum für Sport und Erholung in Drzonków in Partnerschaft mit Stadtsportbund Cottbus e.V. Dresdener Strasse 18, 03050 Cottbus

Partner merytoryczny / inhaltlicher Partner:

Lubuski Ośrodek Innowacji i Wdrożeń Agrotechnicznych sp. z o.o. / Lebuser Zentrum für Innovation und agrotechnische Umsetzung GmbH

Termin realizacji / Realisierungstermin: 22.11.2024r.

Miejsce realizacji / Ort: Wojewódzki Ośrodek Sportu i Rekreacji im. Z. Majewskiego w Drzonkowie
(sala konferencyjna) / Z.Majewski Woiwodschaftszentrum für Sport und Erholung in Drzonków (Konferenzraum)

Program / Programm

22.11.2024 (piątek / Freitag)	
10:00 Inauguracja konferencji / Konferenzeröffnung	Bogusław Sułkowski , Dyrektor WOSiR Drzonków / Bogusław Sułkowski, Direktor WOSiR Drzonków
10:10 prelekcja nr 1 / Vortrag Nr. 1	Monika Kruszelnicka "Znaczenie odpowiedniej diety w osiągnięciu sukcesów sportowych" / Die Bedeutung der richtigen Ernährung für sportliche Erfolge"
10:40 prelekcja nr 2 / Vortrag Nr. 2	Florian Voigt - Cottbus " Ernährung zur Regenerationsförderung im Leistungssport" / "Odżywianie wspomagające regenerację w sportach wyczynowych"
11.10 prelekcja nr 3 / Vortrag Nr. 3	dr Justyna Korycka-Korwek "Indywidualne podejście do żywienia sportowego" / „Individuelle Herangehensweise an Sporternährung"
11:40 przerwa kawowa / Kaffeepause	

12:00 prelekcja nr 4 / Vortrag Nr. 4	Florian Voigt - Cottbus “ Sinn und Unsinn von Nahrungsergänzungsmitteln im Leistungssport” / “Sens i nonsens suplementów diety w sportach wyczynowych”
12:30 prelekcja nr 5 / Vortrag Nr. 5	Tomasz Proc „Zdrowe odżywianie w okresie przygotowań i startów sportowych” / Gesunde Ernährung während der Vorbereitung und sportlichen Starts
13:00-15:00	Warsztaty kulinarne / Kulinarische Workshops (Stolówka „Sportowiec” / Mensa in „Sportowiec”) Lubuski Ośrodek Innowacji i Wdrożeń Agrotechnicznych Sp. z o.o. / Lebuser Zentrum für Innovation und Agrotechnische Umsetzung GmbH
15:00 Obiad i pożegnanie / Mittagessen und Abschied	Stolówka „Sportowiec” / Mensa in „Sportowiec” in WOSiR Drzonków