Εργασία στο μάθημα: Συμπληρώματα Διατροφής

Καλησπέρα σε όλους!!

Ελπίζω να είστε καλά σε υγεία.

Σας στέλνω το προ τελευταίο κομμάτι των σημειώσεών μας.

Παρακαλώ απαντήστε στις εξής ερωτήσεις:

1. Τι είναι τα Συμπληρώματα Διατροφής
2. Γράψτε 5 τρόπους με τους οποίους μπορεί να βοηθήσει την αθλητική απόδοση ένα συμπλήρωμα υδατανθράκων .

Περιμένω αυτές και τις παλιώτερες απαντήσεις (όσοι δεν πρόλαβαν ακόμη) έως την Τρίτη 8 Ιουνίου.