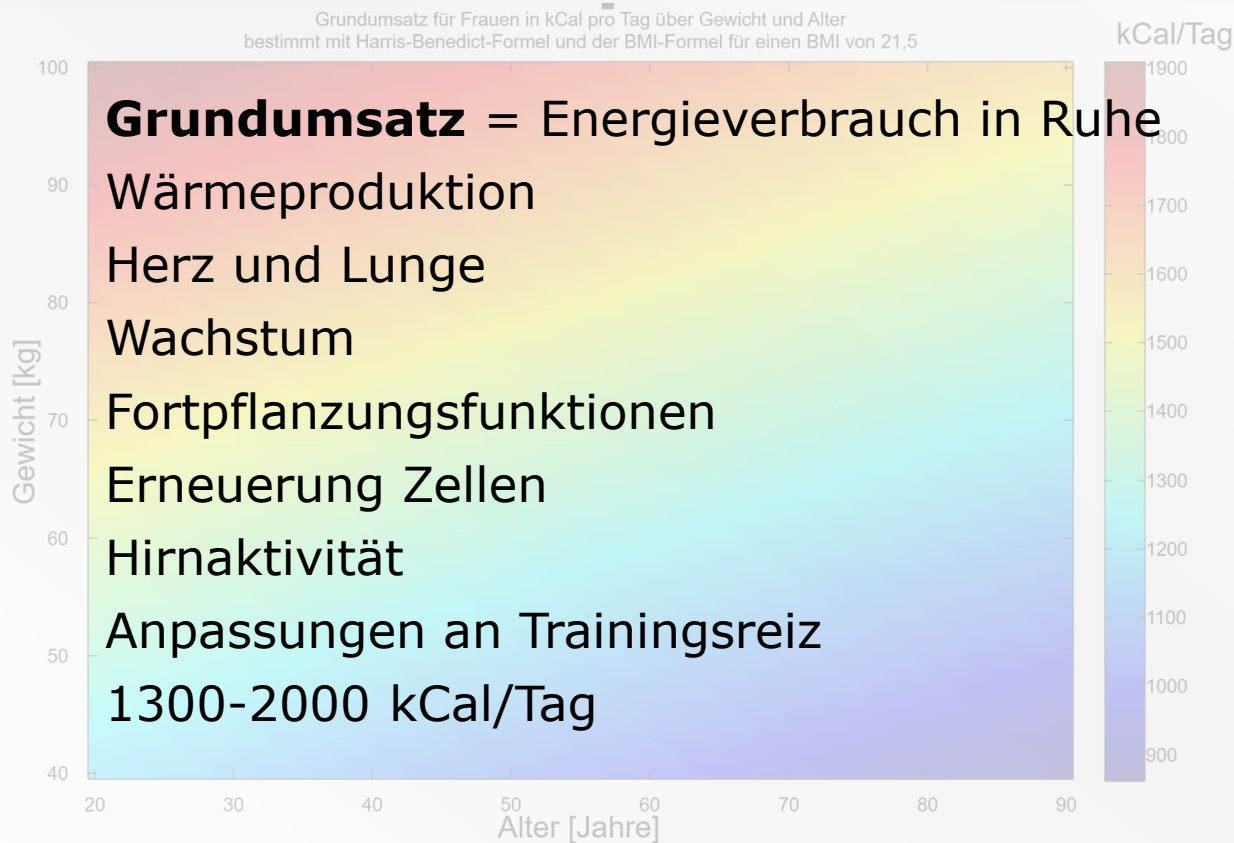


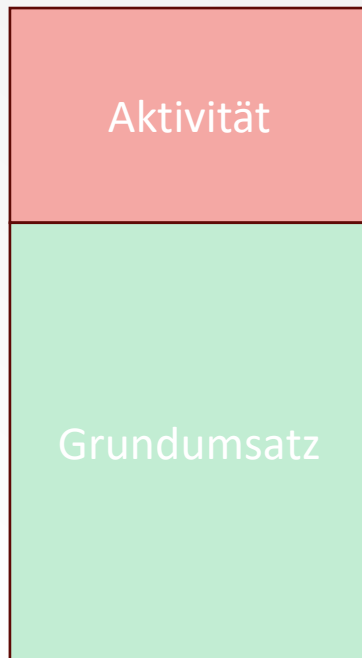
Energieverbrauch



Grundumsatz + Energie für Aktivität = Gesamt Energieverbrauch

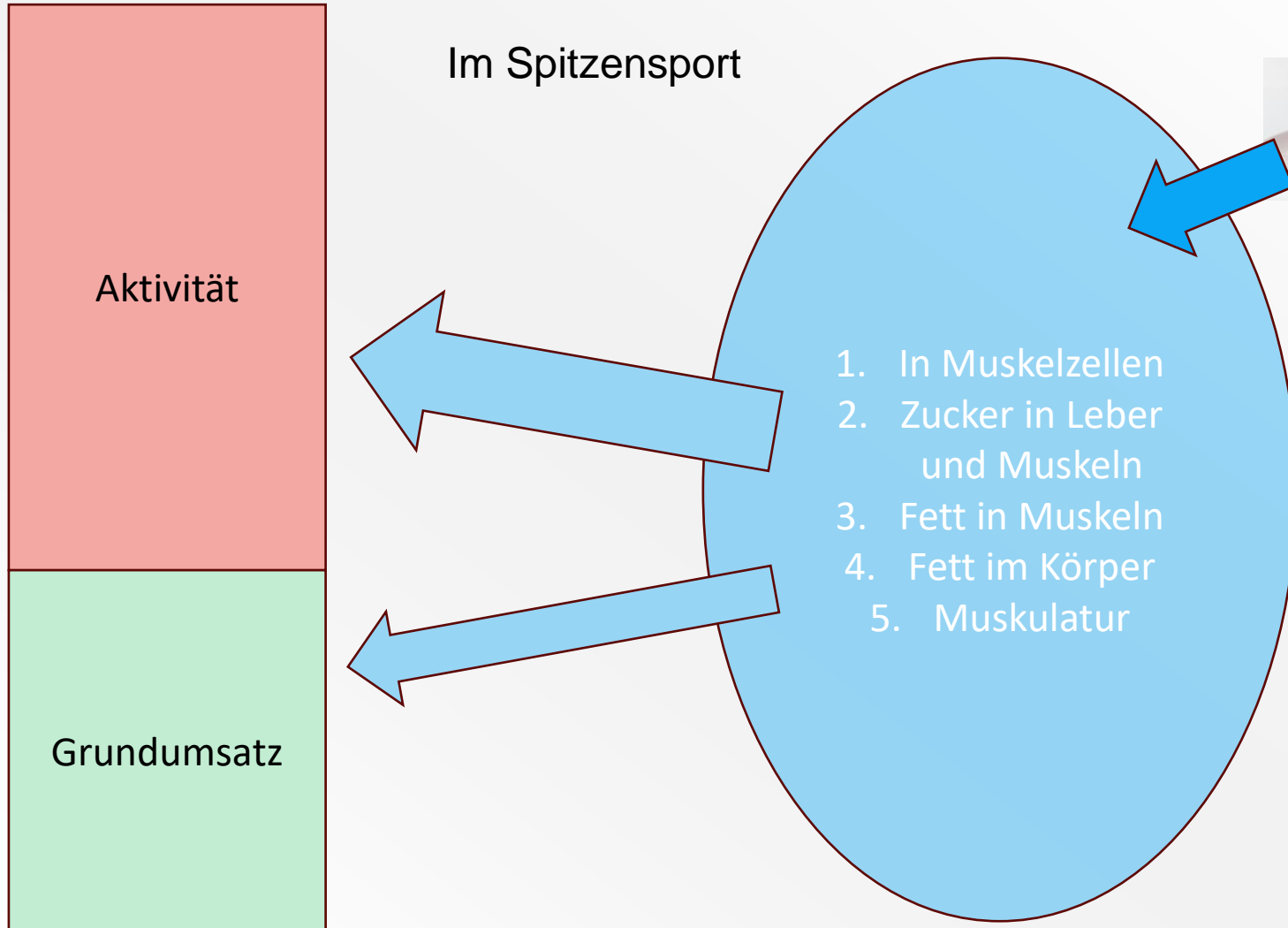
Energiebereitstellung

Bürotätigkeit

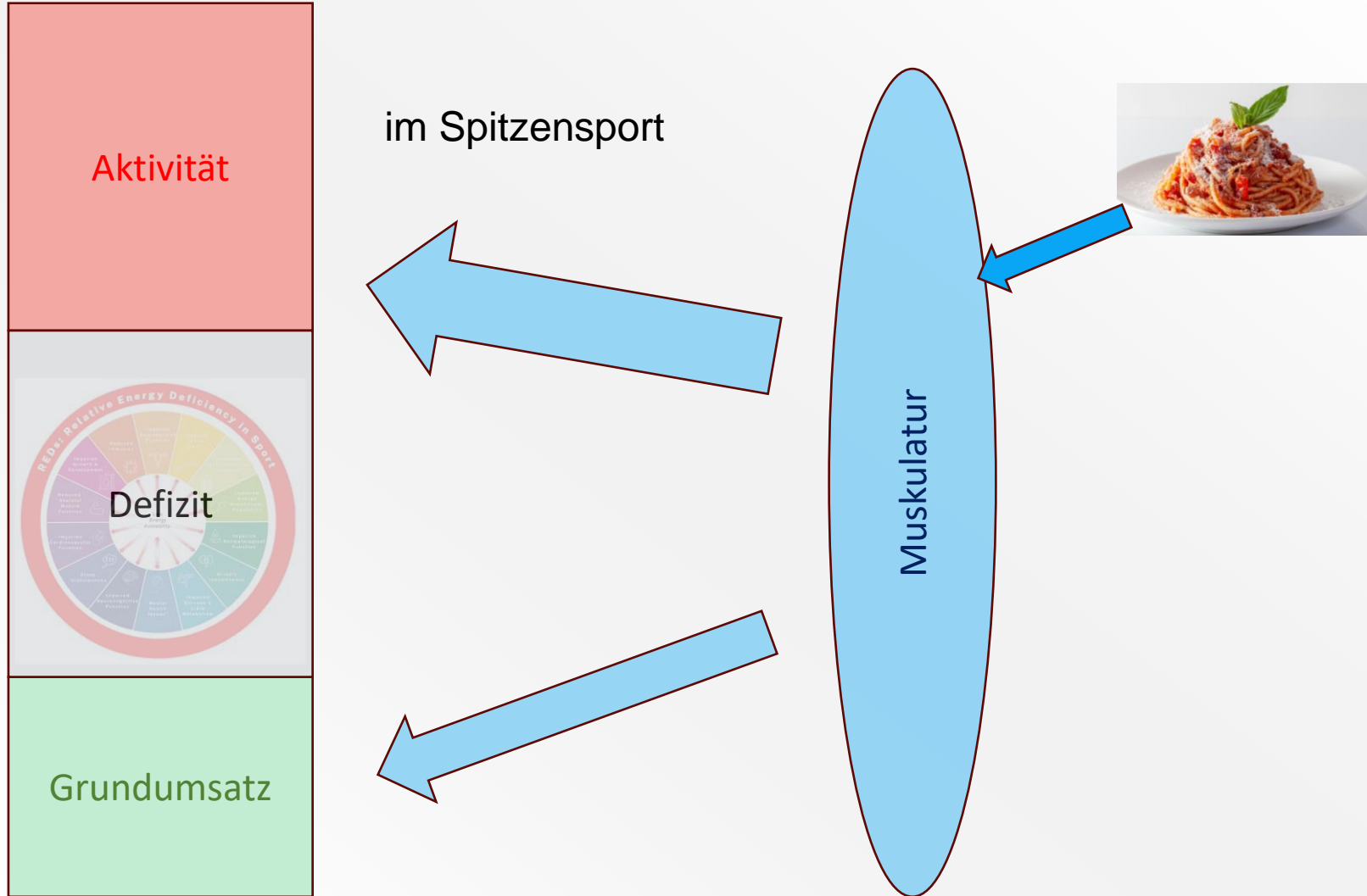


Energiebereitstellung

Im Spitzensport



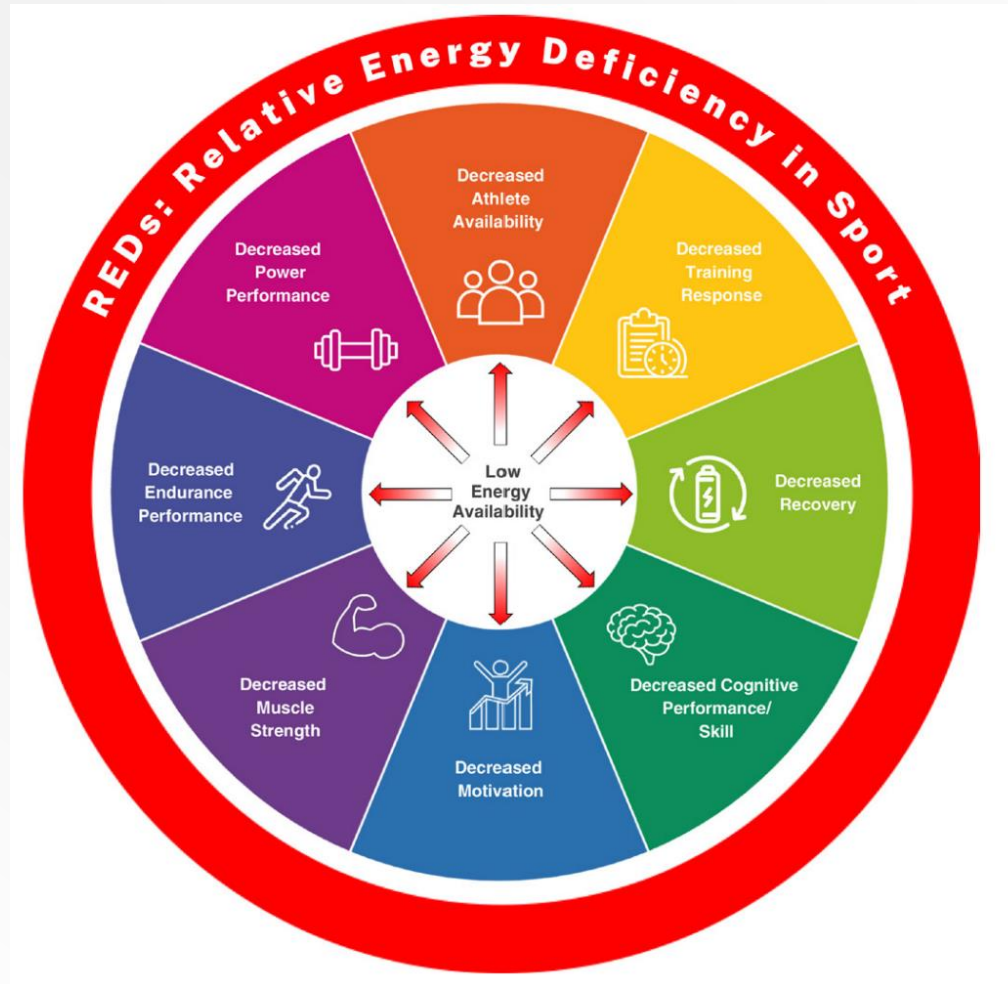
Energiebereitstellung bei RED-S



RED-S Relative Energy Deficiency in Sports



RED-S Relative Energy Deficiency in Sports



Prüfe mit [unserem Factsheet](#), inklusive [Checkliste](#), ob du die Faktoren für eine gute Knochengesundheit erfüllst und wie du gezielt Problemen vorbeugen kannst.



Übersicht zum Fokusthema Knochengesundheit

www.swissolympic.ch/fs