

Zeitschrift: Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule
Magglingen mit Jugend + Sport

Herausgeber: Eidgenössische Sportschule Magglingen

Band: 47 (1990)

Heft: 7

Titelseiten

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

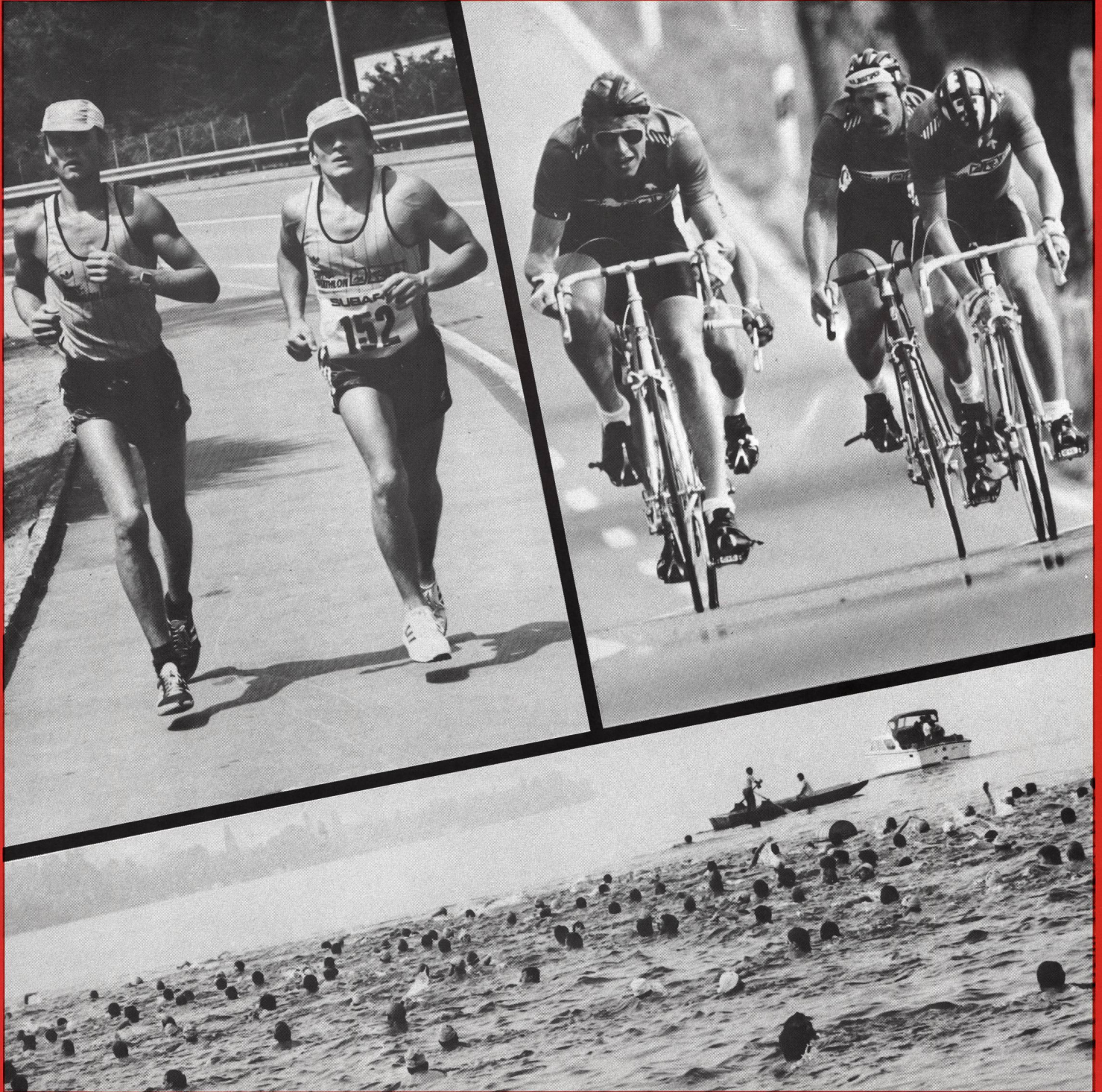
Download PDF: 15.03.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



ESSM
EFSM
SFSM
SFSM

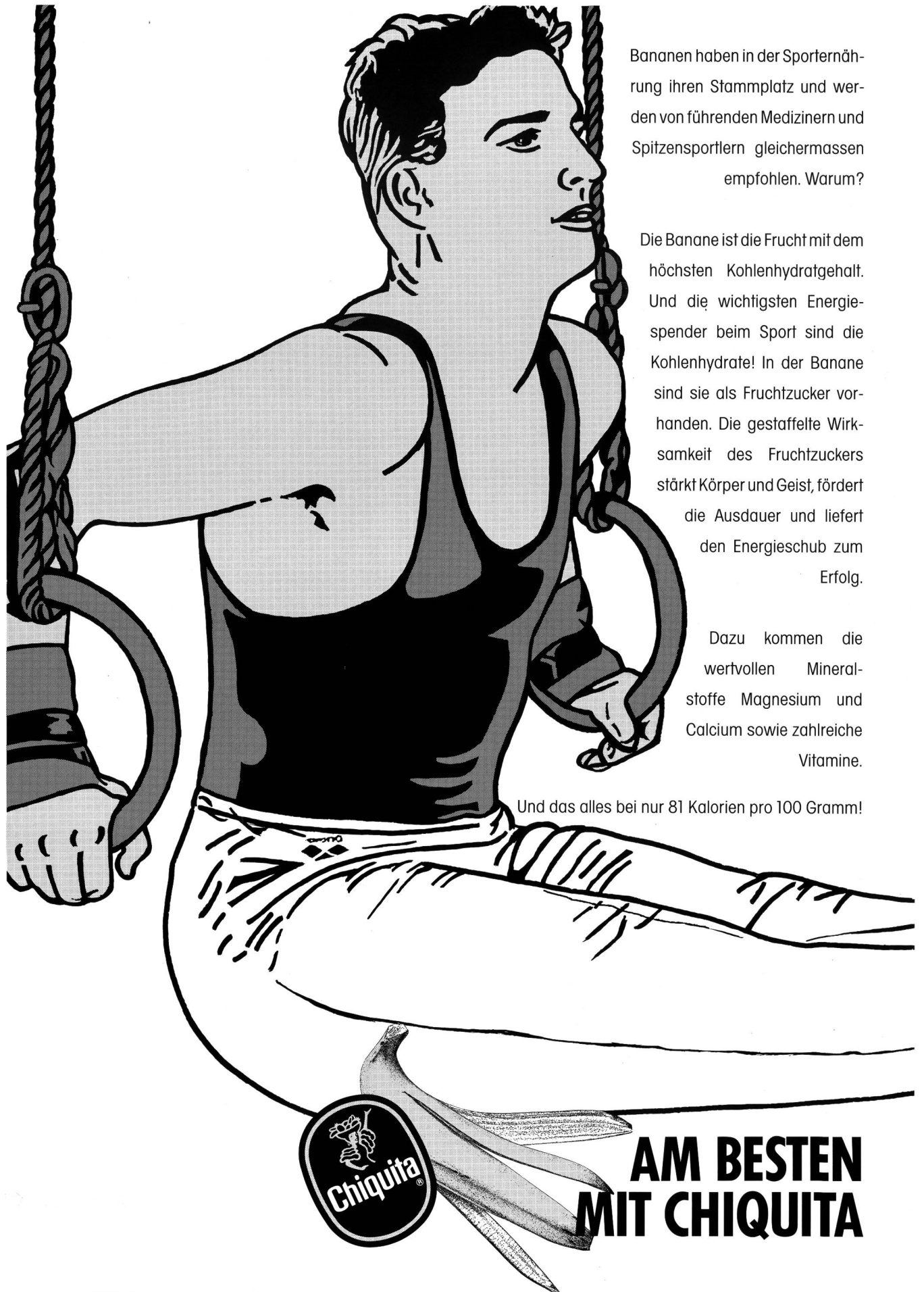
MAGGIINGEN MAGGIINGEN MAGGLINGEN



Fachzeitschrift der
Eidgenössischen Sportschule Magglingen (Schweiz)

Juli 1990

7



Bananen haben in der Sporternährung ihren Stammplatz und werden von führenden Medizinern und Spitzensportlern gleichermaßen empfohlen. Warum?

Die Banane ist die Frucht mit dem höchsten Kohlenhydratgehalt. Und die wichtigsten Energiespender beim Sport sind die Kohlenhydrate! In der Banane sind sie als Fruchtzucker vorhanden. Die gestaffelte Wirksamkeit des Fruchtzuckers stärkt Körper und Geist, fördert die Ausdauer und liefert den Energieschub zum Erfolg.

Dazu kommen die wertvollen Mineralstoffe Magnesium und Calcium sowie zahlreiche Vitamine.

Und das alles bei nur 81 Kalorien pro 100 Gramm!

**AM BESTEN
MIT CHIQUITA**