

# **Træningsmodeller og konkurrenceforberedelse til optimering af præstationsevne hos eliteatleter - med speciel fokus på eliteidrætskvinder**

**Netværket ledes af Professor Jens Bangsbo og Lektor Morten Hostrup, Institut for Idræt og Ernæring, Københavns Universitet.**

Netværket har til formål at bibringe ny viden om præstationsoptimering hos atleter, herunder træningsmodeller og forberedelse forud for konkurrencesituationer indenfor specifikke idrætsgrene samt hvilken indflydelse diæt og kosttilskud har på træningseffekter. Desuden er der et særligt fokus på den kvindelige atlet, herunder i relation menstruationscyklus og vægttab i forbindelse med forskellige typer kostsammensætning.

Netværket består af forskergrupper fra universiteterne i København, Odense og Aarhus samt Bispebjerg Hospital og Linnéuniversitet, og spænder over forskningskompetencer inden for arbejdsfysiologi, muskelfysiologi, kredsløbsfysiologi, muskelmetabolisme og ernæringsfysiologi. I løbet af netværksperioden vil forskergrupperne, i samspil med Team Danmark, formulere og afvikle projekter med relevans for dansk idræt. Netværket vil også sammen med Team Danmark være i dialog med relevante forbund, trænere og atleter for at belyse de konkrete problemstillinger.