

Effect van natriumbicarbonaatsupplementen op de tijdrit prestatie

Doe mee en krijg een
gratis maximaaltest!



Foto: www.wielerveue.nl

Ben of ken je:

Een wielrenner of wielrenster met een goede conditie en ervaring met het rijden van tijdritten en tussen de 18 en 45 jaar? Dan is deelname aan dit onderzoek wellicht iets voor jou!

Benefits

Als je deelneemt aan dit onderzoek krijg je een gratis maximaaltest. Na het laatste bezoek ontvang je een persoonlijk rapport van je maximale waarden, trainingszones en tijdritprestaties.

Doel:

Het bepalen van het effect van natriumbicarbonaatsupplementen op de efficiëntie tijdens tijdritten.

Onderdelen:

- 1 maximaaltest
- 1 gewinningstrial van 2000 meter
- 1 tijdrit van 2000 meter na het innemen van een natriumbicarbonaatsupplement
- 1 tijdrit van 2000 meter na het innemen van een placebosupplement

Voor informatie, vragen en aanmelden kun je mailen naar a.e.voskamp@student.vu.nl



VRIJE
UNIVERSITEIT
AMSTERDAM

Faculteit der
Gedrags- en
Bewegings-
wetenschappen