

# Foredrag

## Den optimale kost for ryttere

**Mandag den 9. marts kl. 16.30 – 19.00**  
**i Pit-Stop på Charlottenlund Travbane**

**Mandag den 16. marts kl. 15.00 – 17.30**  
**i restauranten på Jydsk Væddeløbsbane**

Dansk Galop har engageret sportsdiætist Lene Bundgaard fra Team Danmark til at holde foredrag om, hvordan rytterne kan have en lav vægt og få den tilstrækkelige og nødvendige ernæring.

Lene Bundgaard arbejder til daglig med elitesportsfolk, hvor vægt også spiller en stor rolle.

Det er gratis at deltage i arrangementerne men tilmelding skal ske til Peter Knudsen.  
[pk@danskgalop.dk](mailto:pk@danskgalop.dk). Alle er velkomne.