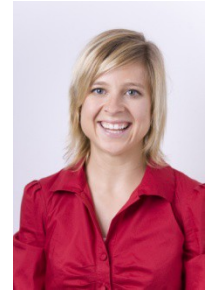


## Vita Friederike Feil



- Nährstoffexpertin und Sport-Ernährungsspezialistin, motivierende Referentin für Stoffwechsel- und Ernährungs-Themen (im deutsch- und englischsprachigen Raum)
- Buchautorin des Buchs „F-AS-T- was erfolgreiche Sportler anders machen“ und „Die Dr. Feil Strategie-Arthrose und Gelenkschmerzen überwinden“. Mitarbeit bei der Entwicklung der Rezepte für den Bestseller: „Die Lauf-Diät“
- zahlreiche Berichte in Magazinen rund um die Themen Ernährung, Sport und Stoffwechselaktivierung
- Doktorandin an der Uni Halle Wittenberg (Thema der Doktorarbeit: Entzündungssenkende Ernährung)

Geboren 1986 in Tübingen, aktive Extremsportlerin (Gewinnerin Getting Tough, 2012, 2013; Tough Guy, 2013, 2014; Fishermans StrongManRun, 2013, 2014; Urbanathlon, 2013)  
Studium: Master in Exercise Science and Health Promotion (Boca Raton, Florida, 2011, Zertifizierte internationale Sport-Ernährungs-Spezialisten (CISSN)  
Angehende Doktorandin im Bereich Ernährung und Entzündung (Uni Halle-Wittenberg)  
Ausgebildete Trainerin (functional training, institute of human performance, Boca Raton)  
Hobbies: Neues Wissen in die Praxis umsetzen, Laufen, Mountain Biken, Ski-Langlaufen, Kochen, Reisen

Leitende Funktion innerhalb der Forschungsgruppe Dr. Feil,  
Mitarbeit in Forschung und Entwicklung bei der Firma ULTRA SPORTS (Sporternährung, Nahrungsergänzung, Beratung)

Themen, die im Vortrag angesprochen werden:

- Mehr Energie und bessere Leistung durch gezielte Ernährung
- Mit aktiviertem Stoffwechsel locker zum Wohlfühlgewicht
- Stärkere Belastbarkeit und Verletzungsschutz durch Kräftigung des Bindegewebes
- Starkes Immunsystem – die Quelle für die Vitalität

### **Kontakt:**

**e-mail:** [friederike.feil@dr-feil.com](mailto:friederike.feil@dr-feil.com)

**Phone:** 07071-6053-309

**Web:** [www.dr-feil.com](http://www.dr-feil.com)