

Nutrition du sportif : bibliographie recommandée

- *Le régime champion. Jean-Pierre de Mondenard. Paris, Amphora, 1995.*
- *Nutrition, alimentation et sport. C.Craplet, Vigot, Paris, 1996.*
- *Physiologie du sport. Bases physiologiques des activités physiques et sportives. H.Monod et R.Flandrois. 4e édition, Masson, Paris, 1997.*
- ***Guide nutritionnel des sports d'endurance. Denis Riché. Paris, Vigot, 2e édition, 1998.***
- *Comment gagner sans se doper. D.Galtier, Chiron, Paris, 2000.*
- *180 recettes performance et santé du coureur. Denis Riché, VO2 diffusion, Paris, 2003.*
- ***Nutrition & performances sportives. MC Ardle, De Boeck Université, Paris & Bruxelles, 2004.***
- *Alimentation pour le sportif : de la santé à la performance. Stéphane Cascua, Véronique Rousseau, Amphora, Paris, 2005.*
- *Nourrir l'endurance : alimentation et nutrition des sportifs d'endurance. M.Ryan & A.Muratore., De Boeck, Paris, 2007.*
- *La nutrition du sportif : du loisir à la compétition. F.Maton, P.Bacquaert, Chiron, Paris, 2009.*
- *Nutrition. (Les cours de L2-L3 médecine). Collège des enseignants de nutrition, Masson, Paris, 2014.*
- *La diététique du coureur cycliste amateur et professionnelle et des sports d'endurance. Gérard Guillaume, Laffont, Paris, 2015.*
- *L'alimentation du sportif en 80 questions. Denis Riché, Vigot, 2e édition revue et corrigée, Paris, 2015.*
- ***Nutrition du sportif. Nancy Clark, Vigot, Paris, 2015.***