



## A teljesítményfokozás tiltott módszerei

A megadott cikkben szereplő, megengedett teljesítményfokozó szerek:

- étrend-kiegészítők, gyógynövények
- hipoxiás sátrak
- magaslati edzőtáborok
- masszázs, vízfürdők
- speciális ruházat
- pszichológiai technikák (relaxáció, imagináció stb.)
- sportitalok
- koffein