

Peter Brukner – föredrag i Breckenridge 2018 – förhandstitt 2

Peter Brukner: Vem blev då matchens spelare? Jo, där har vi ett nytt namn – Louise Burke. Alla känner kanske inte till henne, men hon är världens mest kända idrottsdietist. Hon har skrivit de största böckerna på temat och en mängd artiklar, och är en guru inom idrottsnärlingslära. Hon råkar också vara australier. Det kommer förstås inte som nån övrraskning. Hon arbetar på AIS, Australian Institute of Sport, på deras högprestationscentrum. Hon har haft en lysande karriär, hon var vår första OS-dietist och har varit tongivande för utvecklingen av idrottsnärlingsläran i Australien. Jag bör lägga till att vår vän Gary Gatorade har ett finger i alla syltburkar och faktiskt sponsrar AIS. Inte för att det spelar nån roll. Hur som helst...

Louise påstår, och jag tror henne förstås, att hon alltid har försökt bevisa att fett är ett bra bränsle, men utan framgång. Därför har hon förordat kolhydrater starkt. Hon blev mycket upprörd när personer som jag själv och Tim föreslog att fett kunde vara ett bränslealternativ för prestationsidrott. Vid ett föredrag i Melbourne för tre år sen sa hon: "Brukner och Noakes borde sättas i fängelse." Ganska drastiskt. Men uppriktigt sagt så finns det ingen jag hellre delar cell med än Tim Noakes.