

A)

Familiarization (7 days)

Unilateral RT + Dietary intervention (12 days)

Muscle biopsies #

Strength test ‡

Blood †

Inclusion (n=16)

Randomization

Leg 1 RT +
GLU (n=8)Leg 1
RT+GLULeg 1
RT+GLULeg 1
RT+GLULeg 1
RT+GLULeg 1
RT+GLU

#

#

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

‡

‡

‡

‡

‡

#

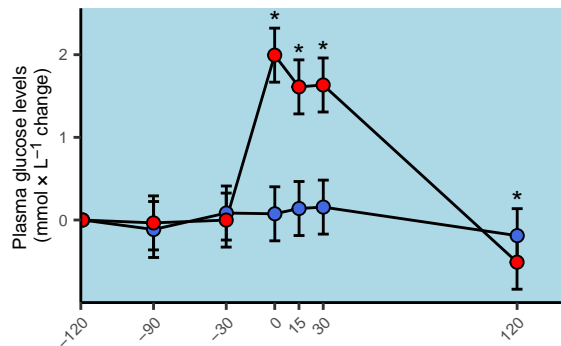
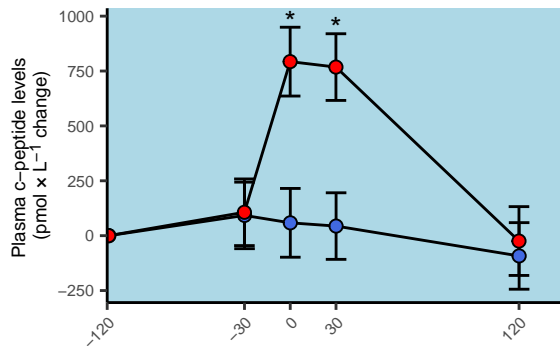
‡

‡

‡

‡

‡

B)**C)****D)**