

Seminario L'importanza dell'alimentazione e della Dieta nello sport

Giovedì 22 Settembre 2016 ore 21.00

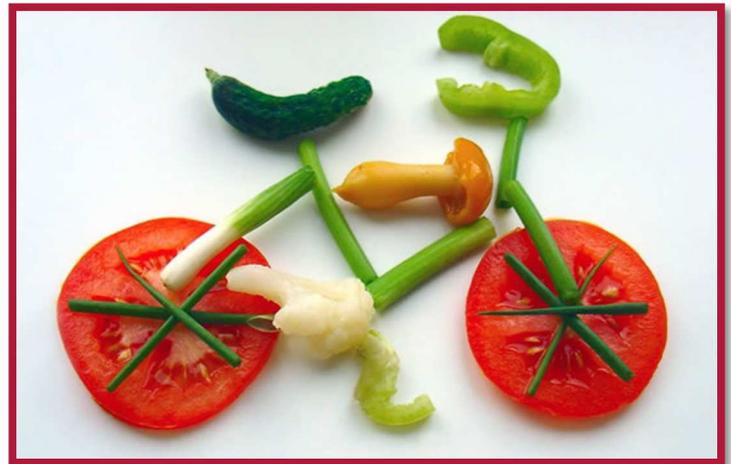
Azienda Speciale di Servizi di Casalpusterlengo
Via Fleming, 2 – Casalpusterlengo (LO)

DESCRIZIONE

La Scuola Regionale dello Sport del CONI Lombardia e il **CONI Pont di LODI** organizzano un Convegno a tema alimentare focalizzato sull'importanza di una corretta alimentazione e della dieta nello Sport. La catena alimentare. Ipotesi di metodi nutrizionali nelle competizioni e allenamenti degli sport più praticati.

DESTINATARI

Dirigenti, allenatori, atleti e sportivi



ISCRIZIONI

La partecipazione al seminario è **gratuita** e sarà attestata in sede di seminario, fino ad esaurimento dei **60 posti** disponibili.

LUOGO

ASSC Azienda Speciale di Servizi di Casalpusterlengo via Fleming, 2 – Casalpusterlengo (LO)

Per informazioni contattare il **Coordinatore, Prof. Giorgio Giuliani**, c/o CONI Point di Lodi, e-mail: lodi@coni.it

oppure la Scuola Regionale dello Sport **02.76115239** e-mail: srdslombardia@coni.it

PROGRAMMA

- ✓ **L'importanza di una corretta alimentazione nello sportivo**
- ✓ **La catena alimentare**
- ✓ **Metodi nutrizionali rivolti agli atleti in periodo di allenamento e competizione**

Docente: Dr. Francesco Avaldi

specialista in Farmacologia, medico nutrizionista dell' AC Milan e consulente del Real Madrid