

Giovedì 3 Marzo 2022 ore 20:30

su piattaforma Google Meet

meet.google.com/bvk-eqyb-car

si terrà l'incontro

CSTime

*Alimentazione per la performance
sportiva e per il benessere*

Parleremo di principi di sana alimentazione per sport e salute, a seguire domande e risposte

Al termine dell'incontro tutti i partecipanti riceveranno delle schede di educazione alimentare per provare a pianificare il proprio menù equilibrato

Ci incontreremo con la

Dott.ssa Annalisa Terenzio

Biologa Nutrizionista

**Esperta in nutrizione sportiva, alimentazione consapevole e
comportamento alimentare**

Siete tutti invitati a partecipare!!!

Con il prezioso contributo e supporto di

EDIL VI.PO. Costruzioni & Ristrutturazioni – Arcene BG