



Il Palazzo della Cultura di via Leonesio a Salò.

📷 IMAGE SALÒ NEWS DAI COMUNI

dalla Canottieri con SYNLAB e Centrale del Latte.

Di GardaPost

Ultimo aggiornamento Nov 28, 2024

Corretta alimentazione e scelta consapevole degli alimenti sono fattori fondamentali per garantire una buona pratica sportiva e preservare la salute degli atleti: parte da questo presupposto La Salute nel Piatto, appuntamento organizzato il prossimo **giovedì 28 novembre alle 19.30** presso la Biblioteca Comunale di Salò (Via Leonesio 4) dalla Canottieri Garda, in collaborazione con SYNLAB Santa Maria e Centrale del Latte Brescia.

Il legame tra una sana alimentazione, la qualità dei prodotti che scegliamo per la nostra tavola e l'attività sportiva, verrà approfondito da professionisti del settore, come il dottor Glauco Nedrotti, esperto in nutrizione sportiva e medico dello sport di SYNLAB Santa Maria, e il dottor Antonio Fierro, responsabile controllo qualità, ricerca e sviluppo della Centrale del Latte di Brescia.

Con loro interverranno Marco Maroni, Presidente della Canottieri Garda Salò e Roberta Ghirardi, Consigliera Comunale con delega alla biblioteca.

“Ogni anno la Canottieri avvicina allo sport centinaia di giovani atleti, ma consente anche a praticanti di ogni età di praticare diverse discipline. In tutti questi contesti **l'alimentazione svolge un ruolo fondamentale, non solo per raggiungere prestazioni di livello, ma soprattutto per tutelare la salute**” sottolinea il Presidente della Canottieri Marco Maroni. “Ci sembra importante condividere con i cittadini l'esperienza e le conoscenze acquisite dalla nostra società perché vadano a beneficio di tutti”.

L'incontro, a ingresso libero su prenotazione, è aperto alla cittadinanza e a chiunque voglia capire meglio come i nutrienti degli alimenti che consumiamo ogni giorno interagiscono con il nostro corpo per migliorare energia, resistenza e recupero. Si parlerà anche di selezione e conservazione di alimenti di qualità.

Per iscrizioni clicca qui.

