

Alimentazione e sport: ne parla il dottor Guardascione

Pubblicato: Martedì 21 Febbraio 2012



Sarà il **dottor Carlo Guardascione**, presidente dell'associazione medico sportiva varesina e medico sociale della Lampre Isd (la squadra ciclistica di Cunego e Scarponi) il relatore della serata organizzata per **venerdì 24 febbraio** all'auditorium comunale di **Gorla Minore** (via Vittorio Veneto).

Grazie all'organizzazione della Csi Ju Sport – il locale club di ciclismo da sempre grande protagonista del movimento femminile – e dell'assessorato allo sport del comune gorlese, Guardascione sarà il relatore di un **incontro dedicato all'alimentazione dello sportivo**. Una occasione utile a diffondere e spiegare l'importanza della nutrizione in relazione all'attività agonistica con una serie di consigli e suggerimenti per migliorare il rapporto tra i giovani atleti e un'alimentazione corretta.

Alla serata – prevista a partire dalle ore 21 – parteciperà al completo la squadra della Ju Sport ma naturalmente l'invito è esteso a tutte le altre formazioni di ciclismo e agli sportivi di ogni disciplina oltre che a genitori, dirigenti, tecnici ed educatori.

[Redazione VareseNews](#)
redazione@varesenews.it