

Sport e alimentazione per ragazzi e professionisti: un convegno a Varese in Sala Montanari

Pubblicato: Giovedì 14 Ottobre 2021



Messa alle spalle la Tre Valli Varesine “pedalata”, prosegue il programma di **attività collaterali legate alla grande classica** del nostro ciclismo, allestito dall’associazione di appassionati (la **“Tre Valli Varesine APS”**) fondata nel 2020 e presieduta da Sergio Terzaghi.

Martedì prossimo, **19 ottobre, dalle 20,45**, l’associazione presenta una interessante conferenza intitolata **“Attività sportiva ed alimentazione dall’età scolare allo sport professionistico”**: l’appuntamento si terrà **nella Sala Montanari di via dei Bersaglieri 1 a Varese**. L’incontro non è rivolto solo al mondo del ciclismo ma è valido sia per tutti gli sportivi sia per i genitori che vogliono approfondire il legame tra alimentazione e sport per i propri figli.

Moderati dal giornalista sportivo **Francesco Pierantozzi** di Sky, intervengono il **professor Massimo Agosti** (pediatra e neonatologo, direttore del Dipartimento Neonatologia, Terapia Intensiva Neonatale e Pediatria ASST Sette Laghi), la **professoressa Silvia Salvatore** (docente all’Università dell’Insubria e responsabile dell’Area Motilità Gastrointestinale dell’ospedale “Del Ponte”) e la **professoressa Elena Casiraghi** (docente di Teoria dell’Allenamento presso l’Università degli Studi di Pavia).

L’Associazione Tre Valli Varesine ha in programma **altri tre incontri** tra ottobre e novembre, tutti al martedì. Il 26 ottobre il giornalista e scrittore **Maurizio Crosetti** presenterà il libro **“I Campionissimi”**; il 9 novembre l’atleta **Toni Milano** parlerà del tema **“Disabilità e sport oggi. Soddisfazioni, limiti e**

propositi” mentre il 23 novembre ci sarà la conferenza dal titolo **“La preparazione fisica e mentale nel ciclismo”**.

La serata è realizzata in collaborazione con la S.C. Alfredo Binda, con il contributo di Regione Lombardia e con il patrocinio dei Comuni di Varese e Busto Arsizio, della Camera di Commercio e della Varese Sport Commission. Per l’accesso alla sala è necessario essere in possesso del Green Pass.

[Redazione VareseNews](#)

redazione@varesenews.it