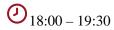
VareseNews

Una conferenza di EcoRun Varese 2024 esplora il legame tra nutrizione e prestazioni sportive

Pubblicato: Martedì 19 Marzo 2024







Villa Recalcati, Piazzale Libertà



EcoRun Varese continua con le attività di avvicinamento alla giornata della festa dell'ecologia e dello sport, che quest'anno si terrà il weekend del 20-21 aprile prossimo.

Con il ciclo di conferenze dedicate a sport, salute e ambiente, la prossima occasione è dedicata all'esplorazione del legame cruciale tra alimentazione e prestazioni sportive. Intitolato "Carburante per l'eccellenza: strategie alimentari per atleti e appassionati di sport", l'evento si terrà il 22 marzo 2024, dalle 18, presso la Sala Convegni della Provincia di Varese in Villa Recalcati, Piazzale Libertà.

L'evento, che vedrà la partecipazione di rinomati esperti nel campo della nutrizione e dello sport, si

propone di fornire agli atleti e agli appassionati strumenti e conoscenze fondamentali per ottimizzare le loro prestazioni attraverso una corretta alimentazione.

Tra i relatori sono previsti: **Giorgio Stabilini**, componente del Consiglio di Amministrazione di Gulliver e Responsabile degli Orti di Bregazzana, che condividerà l'esperienza di successo degli Orti di Bregazzana nell'adozione di un approccio a chilometro zero all'alimentazione; **Francesca Cherubino**, biologa nutrizionista con dottorato di ricerca, che discuterà il ruolo dell'alimentazione vegetale nel migliorare le prestazioni sportive; **Serena Martegani**, docente di fisiologia dello sport presso l'Università degli Studi dell'Insubria, che esplorerà come la nutrizione può trasformare un atleta amatoriale in un professionista o garantire miglioramenti alle prestazioni in entrambe i casi.

L'introduzione dei lavori è affidata ad **Andrea Moriondo**, Presidente del corso di Laurea in Scienze motorie dell'Università degli Studi dell'Insubria. La serata sarà moderata da **Andrea Basoli**, speaker ufficiale di EcoRun, mentre le conclusioni saranno affidate a **Pietro Pitruzzello**, docente di anatomia umana e microbiologia presso ISIS Newton Varese.

L'evento sarà preceduto dai saluti istituzionali da parte del Presidente di EcoRun Varese, **Giuseppe Micalizzi**, del Sindaco di Varese, **Davide Galimberti**, e del Presidente della Provincia, **Marco Magrini**.

Per ulteriori informazioni sull'evento EcoRun Varese 2024 visitate il sito: www.ecorunvarese.it

Redazione VareseNews redazione@varesenews.it