



# ALIMENTAZIONE DELLO SPORTIVO

## Dott. Pizzinini Michele

Specialista in scienza dell'alimentazione  
diabetologia e malattie del ricambio.

Una corretta alimentazione influisce profondamente sulle prestazioni sportive. Una dieta equilibrata fornisce, infatti, l'energia necessaria per sopportare sforzi fisici maggiori e sostenere allenamenti quotidiani, ottimizzando il lavoro atletico e favorendo l'incremento della massa muscolare.

## INGRESSO LIBERO



**ALA (TN)**

**02/10/2023**

dalle ore 20.30  
presso Auditorium Cassa Rurale Vallagarina



**FOLGARIA (TN)**

**16/10/2023**

dalle ore 20.30  
presso Sala Convegni 350 Palasport



**BOSCO CHIESANUOVA 30/10/2023**

dalle ore 20.30  
presso Agribirrificio (LAORNO)