



ISTITUTO COMPRENSIVO S. PIETRO IN VINCOLI

Scuola Infanzia - Primaria - Secondaria 1°



2019
Ravenna
CITTA' CANDIDATA
CAPITALE EUROPEA
DELLA CULTURA



FONDAZIONE
CASSA DI RISPARMIO
DI RAVENNA

Comune di Ravenna
Circoscrizioni di S. P. in Vincoli,
Castiglione e Roncalceci



A.S.D. U.S. S. P. in VINCOLI
Tel. 0544 550157 - Fax. 440605
www.spiv.it - E-mail: info@spiv.191.it

Martedì 15 Marzo ore 20.30

*Aula Magna Scuola Media S. P. in Vincoli
Via Castello, 25*

La Società Sportiva organizza un
incontro con il seguente tema:

“ALIMENTAZIONE E SALUTE”

*Presentazione e introduzione al cibo e
al concetto di dimagrimento.*

*I cibi "commerciali" mascherati da
cibi "sani" e dimagranti.*

Il paradosso delle diete.

*L'importanza del corretto rapporto
col proprio corpo.*

*L'alimentazione adatta alla crescita e
all'attività sportiva.*

*I pasti che precedono e seguono
uno sforzo fisico sportivo.*

Relatore:

Dott. Fabrizio Borghetti nutrizionista