



Comune di Taglio di Po



Sezione Comunale
di Taglio di Po



UDACE - CSAIN
C.P. Rovigo



Provincia di Rovigo

La **A.S.D. CICLO DELTA**

in collaborazione con l'Amministrazione comunale di Taglio di Po e l'Associazione AVIS comunale e con il Patrocinio della Provincia di Rovigo e del C.P. Udace-Csain, organizza 3 serate sul tema:

“Attività fisica veicolo di salute e benessere”

Programma:

venerdì 12 Marzo 2010

- **Sport ed alimentazione: legame vincente per la salute**

Relatore: Paolo Pregolato - biologo, nutrizionista, dottore in ricerca

venerdì 26 Marzo 2010

- **Programmazione dell'allenamento e ruolo del recupero**

Relatori: Diego e Matteo Fusetto - dottori in scienze motorie, Istruttori FIDAL ed atleti agonisti di mezzofondo

- **Gli integratori si oppure no al loro utilizzo?**

Relatore: Paolo Pregolato - biologo, nutrizionista, dottore in ricerca

venerdì 9 Aprile 2010

- **La bicicletta: materiali e componenti basi per una scelta consapevole**

Relatore: Guido Rubino - giornalista scrittore sul ciclismo e la bicicletta, ideatore del sito Cyclinside.com

L'invito è rivolto ad atleti, allenatori, dirigenti sportivi, familiari e appassionati di ogni disciplina sportiva

Gli incontri avranno luogo presso la sala conferenze di vicolo Oroboni (di lato al Municipio di Taglio di Po), con inizio alle ore 21.00. Ingresso libero

Al termine delle serate l'organizzazione avrà il di piacere intrattenere gli ospiti con un rinfresco