La *Scuola Regionale dello Sport* con la collaborazione *dell'Università Magna Graecia di Catanzaro – corso di laurea in Scienze Motorie e Sportive* organizza il convegno:

SPORT & ALIMENTAZIONE
"MANGIARE SANO per ANDARE LONTANO"

Presso Università Magna Graecia Catanzaro –

Campus Universitario " Salvatore Venuta" - Aula G 10 (piano 2°) corpo G

Venerdì 16 ottobre 2015

Ore 09.00 - Accreditamento partecipanti

Ore 09.30 - Saluto Autorità
- Introduzione: Mimmo Albino - Dir. Scientifico SRdS CONI Calabria

Ore 09.50 - Le evidenze scientifiche ,epidemiologia dell'obesità in Calabria
(Le strategie per contrastare il fenomeno).
Relatore: Dott. Caterina Azzarito - Regione Calabria- Dipartimento Tutela della Salute e delle Politiche Sanitarie- Responsabile U.O. Prevenzione e promozione della Salute.

Ore 10.10 – Sedentarietà e malattie metaboliche: quali gli strumenti per prevenire.
Relatore: Prof. Francesco Perticone- Univ. Magna Graecia Catanzaro

Ore 10.30 – Dieta mediterranea e le buone prassi.
Relatore: Dott.ssa Rossella Anfosso- Responsabile Servizio U.O. Pediatria di Comunità ASP Catanzaro.

Ore 10.50 - Le linee guida per l'alimentazione dello sportivo in età giovane e nell'atleta.
Relatore: Dott.ssa Loredana Torrisi- Ist. Medicina e Scienza dello Sport "Antonio Venerando" CONI- Roma

Ore 11.10 – Pausa

Ore 11.30 – Benefici effetti dell'attività motoria-sportiva
Relatore: : Phd Teresa Iona - Univ. Magna Graecia Catanzaro.

Ore 11.50 - Uso ed abuso di integratori, le sostanze doping.
Relatore: Dott.ssa Loredana Torrisi- Ist. Medicina e Scienza dello Sport "Antonio Venerando" CONI- Roma

Ore 12.10 - Questions time.

Ore 12.30 – Conclusioni e consegna attestato

Per iscrizioni: scienze motorie@unicz.it