



**CONI**  
COMITATO  
REGIONALE  
CALABRIA



**CONI**  
SCUOLA  
DELLO SPORT

CALABRIA



**CONVEGNO**

# "LE RICETTE DELLO SPORTIVO"

Focus sulla nutrizione  
dello sportivo

**22 Marzo 2018**

Istituto Alberghiero - Via Leopardi 4, Soverato

## PROGRAMMA

Ore 09.00 - Accredito partecipanti

Ore 09.30 - Saluti istituzionali

Moderatori: Prof. Demetrio Albino, Dott. Giuseppe Pipicelli

Ore 09.45 - Gli effetti benefici dell'attività motoria - Prof. Demetrio Albino

Ore 10.15 - Alimentazione ed attività fisica binomio vincente - Dott. Alessio Calabrò

Ore 10.45 - Gli aspetti metabolici dell'esercizio fisico - Dott. Luigi Mancuso

Ore 11.15 - Il ruolo della nutrizione dello sport "oltre le Kcal" - Dott. Vincenzo Capilupi

Ore 11.45 - Protocollo C.O.N.I. A.N.I.A.D. - Dott. Giuseppe Pipicelli

Ore 12.00 - L'alimentazione dell'atleta diabetico - Dott. Luigi Puccio

Ore 12.30 - Preparazione di ricette dello sportivo - Prof. Filippo Galati Docente Istituto Alberghiero

Ore 13.00 - Conclusioni e consegna attestato di partecipazione

## FRUITORI

Alumni Istituto, Docenti, Dirigenti e Tecnici sportivi

