

*Mercoledì 3 aprile 2019*

## **CORSO DI CICLOTURISMO**

### **Seconda serata**

Alimentarsi in bicicletta

Serata in sede per apprendere come mantenere le necessarie energie durante una gita o una ciclo vacanza, e come recuperarle alla fine della pedalata. Tanti piccoli segreti per una sana alimentazione.

Il tutto illustrato dal dr. Paolo Pigozzi, esperto medico nutrizionista e storico socio di FIAB Verona, che ci informerà su questi argomenti in modo completo e interessante con l'ausilio di immagini esemplificative e utili consigli.

***Serata in Sede aperta a tutti***  
***Si inizia alle ore 21 precise.***

*Informazioni in sede o presso*

[pi.paolo@tin.it](mailto:pi.paolo@tin.it) tel. 0458001735

[www.paolopigozzi.blogspot.it](http://www.paolopigozzi.blogspot.it)