



farmacie comunali^{spa}

Prot. 814

Spettabile

ATA TRENTO VOLLEY
via Fersina, 21
38123 TRENTO (TN)

c.a.: Presidente



Trento, 13 settembre 2010

Caro Presidente,

con la convinzione che lo sport deve rimanere prima di tutto una attività volta alla promozione della salute e del benessere fisico e mentale, dove impegno e competizione leale rappresentano una esperienza altamente formativa, abbiamo organizzato un incontro informativo, orientato in particolare ai giovani ed agli allenatori delle organizzazioni sportive del nostro territorio, su **Alimentazione ed integrazione per una sana attività sportiva**.

I temi che verranno affrontati saranno impostati tenendo sempre ben presente che per avere un corpo sano, efficiente e ottenere buoni risultati agonistici è necessario seguire una dieta equilibrata, un'integrazione bilanciata e alcune regole dettate dal buon senso, prima di tutte quella di procedere negli impegni sportivi con gradualità e una corretta preparazione; l'allenamento rappresenta infatti l'unico mezzo per ottenere risultati concreti e duraturi.

Argomenti trattati nell'incontro e relatori saranno:

- Consigli dietetici durante l'allenamento e prima della gara - relatore dr. Carlo Pedrolli, medico nutrizionista dell'A.P.S.S.
- Supporto dell'integrazione durante l'attività fisica - relatore dr. Davide Grosselle, farmacista esperto di integrazione alimentare;
- Dalla teoria alla pratica: integrazione nella pallavolo - relatore sig. Martin Poeder - preparatore atletico Trentino Volley (Itas Diatec)

All'incontro, il cui moderatore sarà il dr. Mauro Bertoluzza, medico sociale Trentino Volley (Itas Diatec), è prevista anche la presenza e la testimonianza di alcuni atleti della Trentino Volley (Itas Diatec) e della campionessa di tuffi Francesca Dallapè. Al termine è previsto un momento in cui il pubblico possa intervenire e sottoporre delle domande ai relatori.

L'incontro, che verrà realizzato con il supporto della Cassa Rurale di Trento e con il patrocinio del CONI, è programmato a Trento per il prossimo **16 ottobre, nel pomeriggio dalle 15.00 alle 17.30** (per favorire proprio la presenza dei ragazzi), in un luogo che sarà stabilito dopo aver raccolto le adesioni di tutti.

Vi chiediamo pertanto di promuovere l'iniziativa tra i Vostri atleti ed iscritti, comunicandoci cortesemente - prima possibile e comunque entro il 24 settembre p.v. - la Vostra partecipazione ed il numero complessivo di partecipanti, utilizzando il modulo allegato. Sarà nostra cura comunicarvi successivamente il luogo preciso ove si svolgerà l'incontro.

Ringraziando per l'attenzione, rimaniamo in attesa di un Vostro cortese riscontro e porgiamo Cordiali saluti.

Farmacie Comunali SpA
Il Presidente
(dr. Andrea Rudari)

A.S.I.S.
Il Presidente
(dr. Francesco Salvetta)

Sponsor dell'iniziativa



con il patrocinio del



Coni
Comitato Provinciale
Trento