
Comunicato stampa n. 114

Lo sport a Roma Tre. Strategie alimentari: sportivi amatoriali e professionisti.

Incontro con Luca Gatteschi (medico Nazionale di calcio) e Luca Marchegiani (ex portiere Lazio e Nazionale).

Quanto è importante l'alimentazione nella pratica sportiva a tutti i livelli? Quanto una corretta nutrizione può incidere nella prestazione di un atleta? È possibile parlare di "strategia alimentare" al pari di una strategia di allenamento? Dunque, che cosa deve (o non deve) mangiare chi pratica sport, che si tratti di un campione o di un semplice amatoriale? Ne parleranno:

Luca Gatteschi, medico nutrizionista Nazionale maschile di calcio: *"Il ruolo dell'alimentazione negli sport di forza, potenza, resistenza"*;

Luca Marchegiani, ex portiere della SS. Lazio e della nazionale Italiana, oggi commentatore televisivo Sky Sport: *"L'esperienza di un campione"*;

Gianluca Esposito, chef Eataly: *"Ricette originali per gli sportivi, rispettando il fabbisogno calorico"*.

Moderatori: Claudia Frangella, Dipartimento di Scienze della Formazione; **Diego Mariottini**, Comunicazione per lo Sport Università Roma Tre.

Mercoledì 16 aprile 2014, alle ore 12 presso l'aula 5 del Dipartimento di Giurisprudenza dell'Università degli Studi Roma Tre, via Ostiense 159/161.

L'evento si avvale della collaborazione delle Associazioni USACLI e UISP e rientra nel ciclo di conferenze dal titolo *"In Facoltà, per Sport"*. Con il patrocinio dell'Assessorato allo Sport di Roma Capitale, del CONI Lazio e della SINSeB, Società Italiana Nutrizione Sport e Benessere. Ringraziamo il marchio Eataly per la collaborazione.

Per informazioni:

Ufficio Iniziative Sportive

Diego Mariottini

tel. 06 57332118

cell. 338.6960502

e-mail: r3sport@uniroma3.it