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.