



SANI E IN FORMA AL CENTRO COMMERCIALE AUCHAN TARANTO

Venerdì 4 novembre, l'appuntamento per conoscere l'importanza dell'alimentazione nello sport

Il **Centro Commerciale Auchan Taranto** dedica un nuovo appuntamento allo sport e all'educazione. **Venerdì 4 novembre**, dalle 9.30 alle 12.30, in collaborazione con l'**Amatori Rugby Taranto**, organizzerà l'evento denominato "L'importanza dell'alimentazione nello sport".

All'evento, che si articolerà in una parte teorica da svolgersi all'interno della Galleria e in una pratica da tenersi nel parcheggio esterno del centro, parteciperanno gli alunni delle scuole primarie, medie e superiori di Taranto. La parte teorica prevede una conferenza, tenuta da relatori esperti del settore, che approfondiranno i temi connessi alla corretta alimentazione dei giovani con riferimento alla prevenzione dal rischio del sovrappeso e dell'obesità. Attraverso la visione di video e slide, gli esperti evidenzieranno **l'importanza e la centralità dell'alimentazione nell'ambito sportivo**, soffermandosi in particolar modo sulla peculiarità della dieta del rugbista.

Nel corso dell'incontro saranno esposti anche i valori etici e comportamentali propri del rugby e dello sport in generale. Nel corso della mattinata interverranno il dott. **Fernando Cera**, biologo e nutrizionista, la prof.ssa **Annamaria Paradiso**, docente del Liceo "Quinto Ennio" di Taranto, **Francesco Villani**, responsabile FIR Puglia Sud e direttore tecnico Amatori Rugby Taranto, il dott. **Daniilo Monaco**, preparatore atletico Amatori Rugby Taranto, il dott. **Francesco Graniglia**, delegato provinciale Coni Taranto e il presidente Comitato pugliese Federugby **Grazio Menga**. L'appuntamento sarà introdotto dall'avvocato **Ivan Zaccaria**, presidente Amatori Rugby Taranto e dal professor **Antonio Minelli**, delegato provinciale Federugby. La parte pratica vedrà la partecipazione degli alunni presenti, che sotto la guida dei tecnici e degli atleti dell'Amatori Taranto, potranno cimentarsi negli esercizi di base di questo nobile sport.

Il Centro Commerciale Auchan Taranto, con oltre 53 negozi e importanti brand d'abbigliamento, i migliori prodotti tecnologici, per la cura della persona e per la casa, è il posto ideale per trovare tutto quello di cui si ha bisogno.

Per informazioni:

Gallerie Commerciali Italia

Ufficio Stampa: +3902.5758.2532 - +393402187481 - press.stampa@auchan.it