

Bien manger, c'est gagner !

Conférence tout public

Animée par un spécialiste du sport et une diététicienne

Vous êtes sportif de compétition, ceci vous concerne !

L'analyse d'aliments pour sportifs nous permettra de traiter les thèmes suivants :

- l'hydratation et l'apport énergétique en période d'entraînement et de compétition
- les vitamines et minéraux spécifiques à la pratique sportive
- les compléments alimentaires
- l'équilibre acido-basique et
- les produits dopants.

AIGLE

Se renseigner pour les dates au tél. 0844 555 500

Tél. 0844 555 500 - www.espace-prevention.ch

Site de Vevey ch. Verger 1 – 1800 Vevey – epvevey@avasad.ch

Site d'Aigle av. Glariers 20 – CP 140 – 1860 Aigle – epaigle@avasad.ch