



**ISTITUTO DI *MEDICINA* DELLO SPORT - F.M.S.I.  
DI TORINO**

*Centro di Eccellenza Federale per la Ricerca in Medicina dello Sport*

## CORSO DI AGGIORNAMENTO

**Il “Bio Food”: focus sui principi per un'alimentazione corretta attraverso l'assunzione del cibo biologico, per il mantenimento del peso corporeo ideale e nella dieta dell'atleta.**

Data: **giovedì 10 marzo 2016**

Orario: dalle h.18.45 alle h. **20.00**

Luogo: Istituto Medicina Sport di Torino - **AULA MAGNA**

**Confermare presenza entro lunedì 29 febbraio** inviando e mail a: [paola.misiano@imsto.it](mailto:paola.misiano@imsto.it)

Corso di aggiornamento organizzato dall'Istituto di Medicina dello Sport di Torino FMSI, in collaborazione con **FIOR DI LOTO**.

Moderatore: **Dott. Sandro Montagnani**

Relatori: **Dott.ssa Daniela Capra**

**Dott. Fabrizio Verzini**

### *Programma*

- h.18.45* Presentazione dell'iniziativa a cura del Dott. Piero Astegiano e della Dott.ssa Virginia Maschio (Fior di Loto)
- h.19.00* Introduzione a cura del Dott. Sandro Montagnani
- h.19.10* Relazione del Dott. Fabrizio Verzini - Alimentazione “Bio” nella dieta dell'atleta.
- h.19.30* Relazione della Dott.ssa Daniela Capra - Alimentazione “Bio” per mantenere il peso corporeo ideale.
- h.19.50* Discussione
- h. 20.00* Chiusura dei lavori e aperitivo offerto da

