

PAUTAS ESENCIALES DE LA NUTRICIÓN DEPORTIVA

Dietas bajas en carbohidratos y altas en grasas en el rendimiento del ciclista.

Sábado 3 de diciembre
De 18 a 20 horas

Sede de la Comarca Alto Gállego
C/ Secorún, nº 35
22600 Sabiñánigo (Huesca)
Entrada libre. Aforo limitado.



18 a 19 horas. Charla impartida por Ángel Blesa Jarque

Máster en Nutrición Deportiva Avanzada

Certificado Internacional ISAK 1 en antropometría

19:15 a 20 horas. Mesa redonda con la participación de:

Jorge García Dihinx (<http://lameteoqueviene.blogspot.com.es/>)

Miguel López Allué (entrenador de triatlón, ciclismo, natación, running)

Jorge Arcas (ciclista profesional Movistar Team)

Jaime Castrillo (ciclista equipo Lizarte)

