



Dieta chetogenica per lo sportivo e integrazione

WEBINAR GRATUITO
GIOVEDÌ 2 DICEMBRE
20:30 – 22:00

Relatore: Dott. Federico
Taverna





Dieta chetogenica per lo sportivo e integrazione

La **dieta chetogenica** si è ormai da tempo affrancata tra i regimi alimentari più diffusi e utilizzati soprattutto per i suoi effetti sulla composizione corporea.

Nella sua **applicazione per alcune attività sportive** la dieta chetogenica ha dimostrato avere interessanti effetti anche in funzione di **definizione, aumento della massa e attivazione metabolica**.

Ciò non toglie che si tratti di un regime alimentare che **presenta anche alcune criticità** e che il **professionista deve essere in grado di gestire e coadiuvare** anche con l'aiuto di **apposita e mirata supplementazione**.

Nell'appuntamento di stasera affronteremo queste tematiche con il **Dott. Federico Taverna**, Biologo Nutrizionista e la testimonianza di alcuni atleti professionisti

Questo SANIS FOCUS è realizzato in collaborazione con ESNS European Sport Nutrition Society e Moldes Srl, Socio sostenitore ESNS.

ISCRIZIONI APERTE

[PER ISCRIZIONI CLICCA QUI](#)

Per informazioni: sanis@akesios.it

Webinar SANIS FOCUS
organizzato
in collaborazione con

