

ingresso libero!

6 OTTOBRE ✓
STOP RUNNING INJURIES
Prevenzione degli infortuni e
benessere psicofisico dell'atleta

17 NOVEMBRE
SPORT D'INVERNO
Sci alpino: prevenzione,
preparazione e mental coaching

MARZO
SPORT DI ENDURANCE
La nutrizione, l'integrazione,
il cuore: nel ciclismo e nella corsa

APRILE
TRAIL E ULTRA-ENDURANCE
Il tema della resilienza
e l'importanza dell'alimentazione

MAGGIO
SPORT DI SQUADRA
Calcio, Volley, Rugby e Basket:
nutrizione, integrazione
e prevenzione infortuni

Al termine degli incontri
seguirà buffet

ASTORIA

SPORT D'INVERNO

**SCI ALPINO:
PREVENZIONE, PREPARAZIONE
E MENTAL COACHING**



KRISTIAN GHEDINA

Ex nazionale di sci
Ospite



GIOVANNI GABRIELLI

Peak performance coach
Relatore



ALBERTO GHEZZE

Ex allenatore squadra nazionale
femminile di sci alpino
Relatore



FEDERICO BOTTO

Primario Ortopedico
Relatore

con la partecipazione
di Sandra Pinato, giornalista sportiva

Partner della serata



CON IL
PATROCINIO
DEL COMUNE
DI MONTEBELLUNA

Per info e adesioni
THE BOX
T. 0423 302522
info@theboxclub.it
Via Buziol, 15
31044 Montebelluna (TV)