



La nutrició del futbolista a Terres de l'Ebre

NOTÍCIES GENERALS | 06/11/2019

Tortosa acollirà una xerrada informativa, el proper dilluns 11 de novembre, adreçada a tots els futbolistes i gent de l'esport en general per conèixer quins són els hàbits alimentaris que ha de seguir un futbolista.



La **Sala Terres de l'Ebre** de l'edifici Generalitat Terres de l'Ebre (Plaça Gerard Vergés, s/n, Tortosa) acollirà, **el dilluns 11 de novembre a les 20.00 hores**, la xerrada '**La nutrició del futbolista**', a càrrec del **Doctor Jordi Segarra**, especialista amb un màster en nutrició. La conferència, emmarcada dins del cicle 'La salut i l'esport', està organitzada conjuntament per la Representació Territorial de l'Esport a les Terres de l'Ebre i per la delegació territorial de la Federació Catalana de Futbol a Terres de l'Ebre.

Aquesta xerrada informativa està adreçada a tots els futbolistes i gent de l'esport en general que vulguin conèixer de primera mà com ha de ser una dieta saludable, la

NOTA DE PREMSA



**FEDERACIÓ
CATALANA**
DE FUTBOL



Departament de
premsa i comunicació

T. 93 265 24 77 Ext. 2081
premsa@fcf.cat

www.fcf.cat

importància de la hidratació, i la bona alimentació per a preparar entrenaments i partits; entre d'altres coses.