



Xerrada sobre la nutrició del futbolista a Tortosa

NOTÍCIES GENERALS | 12/11/2019

Més de 50 futbolistes han après com ha de ser la nutrició per la pràctica del futbol. A la ponència ha assistit el directiu i delegat de l'FCF a Terres de l'Ebre, Joaquim del Pino.



La delegació de l'FCF a Terres de l'Ebre, presidida pel directiu i delegat de l'FCF a la zona, **Joaquim del Pino**, conjuntament amb la Representació Territorial de l'Esport i l'Activitat física de Terres de l'Ebre, han organitzat aquesta xerrada sobre 'La nutrició del futbolista'. Un acte que ha estat de gran interès per a les més de 50 persones que han assistit i que han manifestat la importància que té fer aquest tipus de xerrades als clubs, tècnics i futbolistes.



Aquesta xerrada informativa sobre la nutrició al futbol ha estat adreçada a tots els futbolistes i gent de l'esport en general. De la mà del **Dr. Jordi Segarra**, han conegut com ha de ser una dieta saludable, la importància de la hidratació, la bona alimentació per a preparar entrenaments i partits i altres dades importants per tenir en compte quan s'és futbolista.

També han assistit a aquesta ponència, el directiu de l'FCF **Ricardo Pacheco**; la representant territorial de l'Esport i l'Activitat Física a Terres de l'Ebre, **Cinta Espuny**; el subdelegat de l'FCF a Terres de l'Ebre **Miquel Piñol**; i el responsable del CTA a la comarca, **Ximo Solé**.