

ERRENDIMENDUA ETA OSASUNAREN OPTIMIZAZIOA: NUTRIZIOAK EMAKUME KIROLARIENGAN DUEN GARRANTZIA

zuzenduta

PRESENTZIALA

- Edozein kirol diziplinako

ENTRENATZAILEAK

- KIROL-ARLOKO PROFESIONALAK

- KIROLARIAK

- INTERESA DUTEN PERTSONAK



Data: astelehena

2024 maiatzak 6

Ordua:

19:00 -20:30

Izen-ematea:

HEMEN (aprilak 25 -
maiatzak 5)

EDUKIAK

- Emakume kirolaria: profil fisiologikoa
- Nutrizioa eta hormonoa-zikloaren faseak
- Nutrizio-gomendioak
- Nutrizio-hezkuntza

Tokia: KAIMZ

Julián Gayarre k.
Iruña

Ponente:
IGNACIO
ESCRIBANO

- Giza Nutriziozko eta Dietetikako Gradua.
- Jarduera Fisikoan eta Kirolean doktoregiaia.
- Goi-Mailako Kirol-Errendimenduan Masterra.
- Baskonia 1. mailako Saskibaloit taldeko egungo nutrizionista.
- Saskibaloira aplikatutako kirol-nutrizioko MENUBA app-aren sortzailea

KIROLAREN AZTERLAN, IKERKETA ETA MEDIKUNTZA ZENTROA