

Berisso, 16 de agosto de 2023

Se llevó a cabo una charla sobre alimentación saludable para jóvenes deportistas.

La actividad estuvo a cargo de la licenciada en Nutrición, Estefanía Caramés y fue dirigida para los alumnos de 4º y 5º, turno tarde.

El pasado viernes se concretó una charla sobre alimentación saludable y otros cuidados dirigida especialmente para jóvenes deportistas, por lo que estuvo preparada para los alumnos de 4º y 5º (turno tarde).

La misma buscó concientizar y educar sobre diferentes tipos de alimentación previo y post entrenamiento / actividad física, teniendo en cuenta que los alumnos que cursan en el turno tarde de nuestra institución pertenecen a las inferiores de fútbol de Gimnasia Esgrima La Plata.

La misma estuvo a cargo de la Licenciada en nutrición Estefanía Caramés.



