

Portal Województwa Lubuskiego



Zdrowe odżywianie a osiągnięcia w sporcie



Kategoria - Sport i edukacja

Data publikacji -20 listopada 2024 godz. 08:15

W piątek, 22 listopada 2024 r. w Wojewódzkim Ośrodku Sportu i Rekreacji w Zielonej Górze-Drzonkowie odbędzie się Polsko - Niemiecka Konferencja pod nazwą „Medal na Talerzu”.

W wydarzeniu udział wezmą prelegenci z Polski i Niemiec specjalizujący się w zdrowym odżywianiu oraz trenerzy z lubuskich klubów, szkół i ośrodków sportowych.

Podczas konferencji zostaną poruszone takie zagadnienia jak: indywidualne podejście do żywienia sportowego, znaczenie odpowiedniej diety w osiągnięciu

sukcesów sportowych czy też odżywianie wspomagające regenerację w sportach wyczynowych. Odbędą się także warsztaty, umożliwiające wymianę doświadczeń kulinarnych w zakresie żywienia sportowców po obu stronach granicy.

Celem wydarzenia jest umocnienie przekonania, iż ogromną częścią sukcesu w sporcie jest dieta i odżywianie. Budowanie wzajemnego zaufania sportowców do osób odpowiedzialnych za żywienie w ośrodkach sportowych i innych instytucjach związanych ze sportem z regionu.

Inauguracja konferencji – sala konferencyjno-sportowa WOSiR Drzonków, godz. 10.00.

Partnerem w realizacji wydarzenia jest Stadtsportbund Cottbus e.V. natomiast współorganizatorem Lubuski Ośrodek Innowacji i Wdrożeń Agrotechnicznych Uniwersytetu Zielonogórskiego.

Projekt realizowany jest z Funduszu Małych Projektów w ramach Programu Współpracy INTERREG VI A Brandenburgia – Polska 2021-2027.