



**Liberi e Forti**  
A.S.D.



**Propone in collaborazione con  
la Città di Castelleone**

## **ALIMENTAZIONE CONSAPEVOLE**

**QUANDO L'ALIMENTAZIONE DIVENTA:**

- **ALLEATA DELLA NOSTRA SALUTE**
- **ALLEATA NELLA GESTIONE DEL PESO CORPOREO**
- **ALLEATA DELLA PERFORMANCE SPORTIVA**

**MARTEDI' 5  
DICEMBRE 2023**

**ore 21.00 - Teatro Leone  
Via Garibaldi 27 - Castelleone**

**Relatrice:**

**IRENE ELENA GRASSELLI**  
**Dott.ssa Biologa Nutrizionista**