

# SPORT & ALIMENTAZIONE

Per ottenere una buona **forma psicofisica** e sentirsi bene occorre scegliere l'**attività sportiva** più adatta alla nostra condizione di salute e seguire una corretta alimentazione.

E' fondamentale poi sapere **cosa mangiare** a seconda dell'attività praticata, del momento della giornata in cui ci si allena e dell'obiettivo da raggiungere (rinforzo muscolare, dimagrimento, tonificazione, etc.).



## CREA LA TUA RICETTA DEL BENESSERE \*

INSIEME AI NOSTRI ESPERTI DI FITNESS E NUTRIZIONE

**PIANO ALIMENTARE +  
3 CONTROLLI +**



**ABB. TRIMESTRALE  
PALESTRA**

**ABB. TRIMESTRALE  
ACQUAFITNESS**

**3 ABBONAMENTI  
HYDROBIKE**

**DR.SSA E. RIZZI - BIOLOGA NUTRIZIONISTA  
RICEVE IL LUNEDI' E IL GIOVEDI'**

\* Promozione valida fino al 31/12/2017 e non cumulabile con altre promozioni in corso.  
Per gli abbonamenti è necessario prima effettuare la Visita Medico Sportiva.



POLIAMBULATORIO PRIVATO MEDICA - Viale Minghetti, 4 - 40017 San Giovanni in Persiceto - Bo  
Per prenotazioni e disdette: Tel 051 6871080 - Per informazioni: Tel. 051 0221 - Fax 051 6871203  
www.medicapoliambulatori.it - medica@medipass.it  
Aut. n. 18353 del 20/04/2004 - Direttore Sanitario Dr.ssa Anna Pia Ferraretti - Specialista in Ostetricia e Ginecologia



Seguici su Facebook  
Medica Poliambulatori