



ALIMENTAZIONE E SPORT: CANNAVARO DA' CONSIGLI AI GIOVANI =

(AGI) - Milano, 12 Gen. - Fabio **Cannavaro**, capitano della Nazionale Italiana di calcio e giocatore del Real Madrid, insegna ai ragazzi delle scuole medie italiane "il bello dello sport" ovvero come "bere, mangiare sano e stare in forma". Il progetto si propone di educare i ragazzi sull'importanza dell'attività fisica in età giovanile e sul valore di una corretta alimentazione e idratazione legate allo sport.

L'iniziativa, portata avanti da Gatorade in collaborazione con il Gatorade Sports Science Institute (GSSI), prevede la distribuzione nelle scuole di un "kit" composto da 24 libretti per i ragazzi (il numero medio di alunni di una classe), e una guida per insegnanti. La versione de "Il bello dello sport - bere, mangiare sano e stare in forma" per gli alunni presenta consigli e suggerimenti che spaziano dalla scienza dell'alimentazione all'educazione fisica, coinvolgendo e divertendo i giovani lettori con vignette e quiz. La guida per gli insegnanti affronta in maniera completa e funzionale all'insegnamento i temi legati allo sport, al cibo e all'idratazione, proponendo giochi e attività di classe con cui coinvolgere i ragazzi nell'apprendimento.

La distribuzione dei kit didattici è già stata avviata in oltre 2500 classi delle Scuole Medie pubbliche e private di Milano, Roma, Napoli e Treviso, per un totale di circa 60.000 alunni. "Il bello dello sport - bere, mangiare sano e stare in forma" si avvale della consulenza scientifica di Nicola Sponsiello, specialista in scienza dell'alimentazione, Professore presso la Facoltà di Scienze del Fitness dell'Università di Camerino. "Ogni genitore deve controllare l'alimentazione dei figli" ha consigliato Fabio **Cannavaro**, papà di tre ragazzi che praticano sport "Io e mia moglie cerchiamo di far capire loro cos'è meglio mangiare e bere, e in che quantità".

"Nel libro 'Il bello dello sport - bere, mangiare sano e stare in forma' Gatorade ha concentrato gran parte della sua esperienza nel mondo dello sport e dell'idratazione" ha affermato Massimiliano Balestreri, Marketing Manager, aggiungendo con soddisfazione che il progetto educativo è "volto ad accrescere la consapevolezza di giovani e famiglie sull'importanza dello sport e di una corretta alimentazione e idratazione, aspetti fondamentali per la crescita dei ragazzi".(AGI) Red/Aaa 122037 GEN 09 NNNN