



VINCENZO VECCHIO, ERMINIA EBNER,  
MICHELANGELO GIAMPIETRO E BRUNO COSTI

## Sport, i segreti dell'alimentazione perfetta al CTEUR



Dove nascono i successi di un buon tennista o di un buon giocatore di calcetto? Il segreto delle vittorie nasce a tavola, come ha svelato il prof. Michelangelo Giampietro - medico sportivo e responsabile dei corsi per educazione alimentare della Federazione Italiana Tennis - nella conferenza "Sport e salute: ogni età ha la sua dieta", tenutasi nei saloni del Circolo Tennis Eur di Roma, nuova tappa degli incontri culturali avviati dal consigliere del CT EUR Bruno Costi con la presidenza di Vincenzo Vecchio. Giampietro, in tandem con la nutrizionista FIT Erminia Ebner, ha sottolineato l'importanza dell'idratazione costante, dell'alimentazione adeguata, pre e post partita, e degli integratori, consigliando di privilegiare, per questi ultimi, preparati naturali, quali succhi di frutta con aggiunta di acqua e un pizzico di sale. Insomma, regole semplici e poco costose, ma essenziali per vincere sul campo e fuori.

**Vip**a cura di Marco Nardo  
**Incontri**TIZIANA SIRNA, ANTONELLA FRENO  
E DOMENICO NACCARI

## Un premio alla Calabria

HOSTESS ANTONELLA FRENO,  
FRANCESCO MONTESANO,  
CAMILIA NATA  
E DOMENICO NACCARI

Straordinario successo del Premio Doc Italy Calabria al Complesso Monumentale dei Dioscuri al Quirinale, organizzato da Andi di Tiziana Sirna, Fondazione Cro di Domenico Naccari e Italdie di Antonella Freno. Ad Altifiumara Resort il Premio Doc Italy Cinque stelle e un cuore, ritirato da Francesco Montesano,

chief officer del gruppo, al Prof. Luigi Lombardi Satriani il Premio Ambasciatore della Cultura, ad Iside de Cesare il Premio Ambasciatrice del Gusto, all'azienda Greco il premio Imprese Eccellenti, al Dott. Franco Simone il Premio Personaggio Eccellente tra Tradizione ed Innovazione, a Michele Spanò il Premio Internazionale. Ospiti d'eccezione i comuni di Guardia Piemontese e Monasterace. Condotta dalla giornalista Rai Camilla Nata e dall'attore Antony Poth l'evento ha visto avvicinarsi una moltitudine di personalità tra cui, Caterina Chiaravalloti, Presidente del Tribunale di Castrovillari, Mons. Grieco, Guido Scognamiglio Direttore Generale di Edindustria, Giuseppe Manica, Ministero degli Esteri, Antonella Sotira Presidente di Ius Gustando, Giampiero Stancati, Segretario Generale di Italdie, Giuseppe Patti e Rocco Genoa dirigenti CRE. Vive soddisfazione hanno espresso Domenico Naccari e Antonella Freno: «Esaltare la forza ed il valore del Made in Italy è la mission dell'iniziativa. Partiamo da qui per diffondere un messaggio positivo e rilanciare l'Italia del merito e del talento».



ROBERTO CAGNETTA CON LE MODELLE

## Roberto Cagnetta sfilata ai Parioli

La Fondazione Allegra Onlus ha ospitato presso la sua sede in viale Bruno Buozzi a Roma, la sfilata di Roberto Cagnetta che ha presentato la sua collezione di pellicce. Una serata di beneficenza, organizzata dall'Architetto Claudia Menegotto, Presidente della Fondazione, per raccogliere fondi destinati a formare contributi di sostegno per gli studenti disagiati, ma meritevoli, delle facoltà di Giurisprudenza di Roma e del Lazio. Tanti i presenti. Ospiti della serata Bianca Maria Carangi Lucibelli, Enrichetta Arci e Gora Dobrivojevic. Ricco apericena e brindisi finale.

L'ARCHITETTO  
CLAUDIA MENEGOTTO  
CON 2 MODELLEGORA DOBRIVOJEVIC E  
BIANCA MARIA LUCIBELLIVINCENTO VECCHIO  
E MICHELANGELO GIAMPIETRO

## Sport, i segreti dell'alimentazione perfetta al CTEUR

VINCENTO VECCHIO, ERMINIA EBERNER,  
MICHELANGELO GIAMPIETRO E BRUNO COSTI

Dove nascono i successi di un buon tennista e di un buon giocatore di calcio? Il segreto della vittoria nasce a tavola, come ha svelato il prof. Michelangelo Giampietro - medico sportivo e responsabile dei corsi per educazione alimentare della Federazione Italiana Tennis - nella conferenza "Sport e salute: ogni età ha la sua dieta", tenutasi nei saloni del Circolo Tennis Eur di Roma, nuova tappa degli incontri culturali avviati dal consigliere del CT EUR Bruno Costi con la presidenza di Vincenzo Vecchio. Giampietro, in tandem con la nutrizionista FIT Erminia Eberner, ha sottolineato l'importanza dell'idratazione costante, dell'alimentazione adeguata, pre e post partita, e degli integratori, consigliando di privilegiare, per questi ultimi, preparati naturali, quali succhi di frutta con aggiunta di acqua e un pizzico di sale. Insomma, regole semplici e poco costose, ma essenziali per vincere sul campo e fuori.



Vincenzo Vecchio, Erminia Ebner, Michelangelo Giampietro e Bruno Costi

## Sport e salute Ogni età ha la sua dieta

Il segreto delle vittorie nasce a tavola. A svelare i segreti dell'alimentazione perfetta del tennista e dello sportivo in genere è stato il prof. Michelangelo Giampietro, medico sportivo. Responsabile dei Corsi per educazione alimentare della Federazione Italiana Tennis. Lo ha fatto nella conferenza "Sport e salute: ogni età ha la sua dieta" svoltasi nei saloni del Circolo Tennis Eur.



Michelangelo Giampietro e Vincenzo Vecchio