



Kunnon ruokaa nuorelle urheilijalle

Perjantaina 20.9.2013 Hotelli Sanin Aaltosalissa
(Jukupolku 3-5, Kalajoki)

Tilaisuus alkaa klo 18.00 ja kestää n 2 tuntia

Ravitsemusterapeutti Kati Venäläinen luennoi nuoren urheilijan ravinnosta.

Kati Venäläinen on yksi Suomen naishiihdon menestyjiä ja v. 2001 sprinttihiihdon MM-hopeamitalisti. Mukana useissa olympialaisissa ja viime kaudella jälleen hyviä sijoituksia SM tasolla. Laillistettuna ravitsemusterapeutina ja valmentajana sekä varmasti monenlaista omakohtaistakin kokemusta omaavana hän osaa sanoa mitä suuhunsa kannattaa pistää että jaksaa.

Luennon hinta 10 €, sisältäen kahvit
Ilmoittaudu etukäteen helvi.pajala@kotinet.com tai 0442904550

Lämpimästi tervetuloa!

KaJu/hiihtojoosto

