



## I° INCONTRO DIGITALE L'ALLENAMENTO INIZIA MANGIANDO L'ORTOFRUTTA E LO SPORT

La campagna di informazione e comunicazione "L'Ortofrutta e lo Sport" promossa da ITALIA ORTOFRUTTA Unione Nazionale in collaborazione con la FIDAL - Federazione Italiana di Atletica Leggera - ha l'obiettivo di divulgare e diffondere tra le fasce più giovanili della popolazione che abitualmente praticano attività sportiva, i principi di una corretta alimentazione e la conoscenza dei benefici che possono derivare da un equilibrato apporto di frutta e verdura nella dieta.

3 delle O.P. fornitrici ufficiali della FIDAL racconteranno le seguenti eccellenze ortofrutticole:

- Agrumi di Sicilia
- Carote di Ispica
- Mele del Trentino

Un atleta della FIDAL e una nutrizionista esperta del settore racconteranno i segreti alimentari che si celano dietro le performances sportive.



### INTERVERRANNO

**1** GENNARO VELARDO  
Presidente Italia Ortofrutta Unione Nazionale

ANTONIO FRICANO  
Direttore APO Sicilia

**2** REMO PATERNO  
Presidente C.i.O. - Serene Star

FRANCESCA CALABRESE  
Direttrice Fonteverde

**3** FILIPPO RANDAZZO  
Vice-campione Europeo salto in lungo

**4** GIORGIA SACCONI  
Biologa nutrizionista

Conduce l'incontro:

ANNA CHIARA SPIGAROLO  
Giornalista sportiva

LUNEDÌ  
29 MARZO  
ORE 11:00



 Diretta live:  
[www.youtube.com/ItaliaOrtofrutta](https://www.youtube.com/ItaliaOrtofrutta)  
(iscriviti al nostro canale ed attiva le notifiche)



[www.runitaliaortofrutta.it](http://www.runitaliaortofrutta.it)

Abiomed - A.O.A. - Apo Sicilia - C.I.O. - Colle d'oro - Eurocirce - Fonteverde - Funghidea - Ortolanda - San Lidano - Terra Orti  
Spesa finanziata con l'aiuto finanziario dell'Unione  
(Art. 34 del Reg. UE n.1308/2013)



**L'ortofrutta e lo sport: l'allenamento inizia mangiando** è il titolo del webinar realizzato da **Italia Ortofrutta**

, in collaborazione con la **Federazione italiana di atletica leggera** (Fidal).

L'appuntamento è in programma **lunedì 29 marzo** alle ore 11.

La campagna di informazione e comunicazione "L'Ortofrutta e lo Sport" promossa da Italia Ortofrutta Unione Nazionale in collaborazione con la Fidal - Federazione Italiana di Atletica Leggera - ha l'obiettivo di divulgare e diffondere tra le fasce più giovanili della popolazione che abitualmente praticano attività sportiva, i principi di una corretta alimentazione e la conoscenza dei benefici che possono derivare da un equilibrato apporto di frutta e verdura nella dieta.

Tre delle Op fornitrici ufficiali della Fidal racconteranno le seguenti eccellenze ortofrutticole: -

## **Agrumi di Sicilia**

### **-Carote di Ispica**

### **-Mele del Trentino**

Un atleta della Fidal e una nutrizionista esperta del settore racconteranno i segreti alimentari che si celano dietro le performaces sportive.

Interverranno:

- **Gennaro Velardo**, presidente Italia Ortofrutta Unione Nazionale
- **Antonio Fricano**, Direttore Apo Sicilia
- **Remo Paterno**, presidente Cio - Serene Star
- **Francesca Calabrese**, direttrice Fonteverde
- **Filippo Randazzo**, vice-campione europeo di salto in lungo
- **Giorgia Saccone**, biologa nutrizionista

Conduce l'incontro **Anna Chiara Spigarolo**, giornalista sportiva

Per partecipare, [clicca qui](#) .