



Consell Esportiu
del Segrià

ACTIVITATS DE JOC NET, VALORS I HÀBITS SALUDABLES

ACTIVITAT



FES ESPORT, MENJA BÉ

OBJECTIUS

- Conscienciar l'esportista de la necessitat d'una dieta equilibrada.
- Conscienciar l'esportista del perill en el consum excessiu de productes prefabricats/industrials.
- Consumir productes de proximitat, copsant els beneficis del consum de fruita.

CONTINGUTS

En trobades i competicions d'esports individuals s'ofereix als esportistes fruita de temporada i de proximitat durant l'activitat.

