

**Atelier « Les différents régimes alimentaires et leur impact sur la performance »**

Cette conférence est réalisée par une nutritionniste.

***Le nombre de place est limité.***



Organisme / club : .....

Nom : .....  
.....

Prénom :

Tél. : .....  
*(Pour vous joindre en cas d'annulation)*

Port. : .....

Email : .....  
*(Pour envoi du questionnaire de satisfaction)*

**Les différents régimes alimentaires et leur impact sur la performance**

« Vous voulez optimiser vos entraînements et améliorer vos performances ? Venez découvrir comment différents régimes alimentaires peuvent influencer votre endurance, votre récupération et vos résultats sportifs.

Végétarien, cétogène, hyperprotéiné... quels impacts sur le corps d'un sportif ? On en parle ensemble, de façon simple et concrète.

Repartez avec des conseils adaptés pour booster vos performances grâce à l'alimentation ! »



**Le Carré  
Médical**