



Associazione Etica di Prevenzione,
Terapia Nutrizionale e Benessere "Gerona 2005"

Informazioni sul Convegno **“Zona e PaleoZona: Nutrizione antinfiammatoria** **per salute e performance ottimali” :**

Il Convegno ha un significato teorico-pratico e si pone l'obiettivo di spiegare in modo esauriente ed efficace la filosofia nutrizionale pro Zona ideata dal Dr. Barry Sears . Dalla sua nascita, negli anni '90, ad oggi la Zona si è evoluta continuamente dimostrando una straordinaria utilità non solo nel controllo del peso ma anche nella prevenzione e nel trattamento delle maggiori patologie infiammatorie croniche.

Un altro campo fondamentale di applicazione della Zona è nel fitness e nello sport agonistico, dove si contrappone al doping unendo il miglioramento delle prestazioni, all'incremento della salute e del benessere. Il Convegno sarà improntato anche sui nuovi concetti della PaleoZona ideata dal nostro presidente Dr. Aronne Romano che esalta i già notevoli risultati ottenibili con la Zona grazie all'eliminazione degli alimenti che sono troppo “nuovi” per la nostra fisiologia, dato che non abbiamo avuto il tempo necessario per adattarci al loro consumo, senza andare incontro a interferenze negative sulla nostra salute e benessere.

Il Convegno sarà tenuto da insegnanti, tutti soci di Gerona 2005, di provata qualità ed esperienza che condenseranno nelle loro relazioni le proprie conoscenze accumulate in anni di pratica clinica, e si terrà **Domenica 5 Novembre 2017** a Desenzano del Garda (BS) presso la Cascina “Le Preseglie” sito in località Preseglie. **L'inizio** dei lavori è previsto alle **ore 9.00**.

Nella quota di iscrizione sono inclusi:

- Un coffee break;
- Attestato di partecipazione;
- Iscrizione alla nostra Associazione Gerona 2005 fino al **31.12.2018**;

Per evitare qualsiasi inconveniente, i partecipanti sono pregati di presentarsi il giorno del corso **muniti di una copia dell'iscrizione e del pagamento effettuato**, qualora non abbiamo provveduto ad inviarli via mail o fax.

Segreteria Organizzativa

Fax: 06-92913761 Cell. 349-8606050 (Dr.Masci)

Email: info@gerona2005.org oppure simoraff@tiscali.it