

Conférence Jeudi 12 avril 2018 de 20h00 à 21h30



Une collaboration



VITESSE. FORCE. COORDINATION

BOURQUIN NUTRITION™

« PENSEZ À VOUS... ON S'OCCUPE DU RESTE... »

Nutrition et micro nutrition, facteurs de santé et de performance

Venez profiter de l'expertise d'Olivier Bourquin, Entraîneur Swiss Olympic, expert en alimentation sportive et micro nutrition.

Au travers de cette conférence, vous découvrirez les carences les plus souvent rencontrées, le déséquilibre acido basique des sportifs, l'effet de sur compensation recherché et pas de sur entraînement, quoi manger et boire avant, pendant et après l'effort.



Inscriptions au desk de Sport Quest (places limitées)

Mail : desk@sportquest.ch ou tel : +41 22 320 65 65

Prix de la conférence 35.- chf @Café Voisins- Rue des Voisins 8
(la soirée sera suivie d'un apéro tapas)

VOISINS
COWORKING | CAFE

BUILD IN. GAIN OUT