

Жителей Хорошевки научат понимать свои вкусовые предпочтения

19.09.2018

Музей спортивной славы ЦСКА станет площадкой психологического тренинга, посвященного вопросам питания. Мероприятие пройдет в четверг, 20 сентября.

— Врач-диетолог и детский нутрициолог поделятся секретами составления персонального плана питания для юных спортсменов, а также расскажут об особенностях пищевого режима в ходе тренировок и соревнований, — пояснили в ЦСКА. — Приглашаем всех желающих бесплатно принять участие в уникальном мероприятии.

В свою очередь спортивные психологи устроят тренинг на тему «Эмоциональный интеллект в питании», посвященный взаимосвязи эмоций, пищевых привычек и темперамента. Гости научатся лучше понимать свои истинные вкусовые предпочтения и отличать их от эмоциональных реакций.

Для участия необходима регистрация. ФИО и контактные данные нужно отправить на почту Boychevskaya.t@cska.ru.

Начало в 18.00 на Ленинградском проспекте, д. 39, строение 1 (2-й этаж). (ис)

Адрес страницы: <http://khoroshevskiy.mos.ru/presscenter/news/detail/7581090.html>

[Управа района Хорошевский города Москвы](#)