



**Sempre ao lado do Futebol Clube da Madalena, a autarquia disponibilizou o apoio logístico necessário para a realização do evento, promovido pela equipa e dirigido exclusivamente aos escalões de iniciados, juvenis e juniores, numa palestra em que o desporto e a nutrição se sentaram à mesma mesa.**

O Auditório da Madalena foi, esta terça-feira, palco de uma Ação de Sensibilização sobre nutrição e suplementação no futebol, ministrado por Mafalda Teixeira, licenciada em Ciências do Desporto e personal/group trainer em diversas instituições locais.

Ao longo da sessão, os atletas madalenenses aprofundaram os seus conhecimentos sobre alimentação desportiva, hidratação e suplementação, refletindo sobre a importância destas na optimização da performance e recuperação pós-treino/ competição.

Abraçando de imediato a iniciativa, o Município da Madalena prontificou-se a apoiar a equipa e o projeto, sensibilizando assim os jovens para a importância de uma boa alimentação aliada ao desporto.