



GRUPPO AMICI DELLA MONTAGNA

San Giovanni Lupatoto - Vr

Le serate del GAM

Giovedì 20 Aprile 2023

ALIMENTAZIONE E IDRATAZIONE IN MONTAGNA

a cura di Maurizio Marogna

IL poliedrico Maurizio ci stupirà ancora una volta, ma non sarà più una sorpresa, con un argomento che spesso e volentieri viene sottovalutato dai più che per un motivo o per l'altro si avventurano in passeggiate ma anche escursioni senza valutare bene le conseguenze di una non corretta idratazione ed una altrettanto non corretta alimentazione in montagna.

E conoscendo Maurizio non mancheranno ulteriori utili consigli e perché no magari anche qualche sorpresa.

Serata a cui sarebbe opportuno non mancare...



La serata avrà inizio alle ore 20,45 e si terrà presso
Casa Novarini - Via Monte Ortigara 7 - San Giovanni Lupatoto

-INGRESSO LIBERO-