



לזים ספורט!



מיוחד למכבי ישראל:

סדנאות תזונה לספורטאים

מכבי ישראל במיזם בלעדי: כארגון המספק שירותי ספורט, אנו מקפידים על חדשנות והתמקצעות אגודות מכבי ישראל בכל התחומים. לצורך כך, בנינו עבורכם תוכנית מקצועית מקיפה עם רקפת אריאלי, תזונאית קלינית וספורט בכירה, המלווה את נבחרות ישראל השונות ואת קבוצות מכבי ת"א בכדורסל, מכבי חיפה בכדורגל.

תוכנית מוצעת במימון מלא לאגודות מכבי ישראל:

3 מפגשים באגודה בני כ-50 דקות כ"א | נושאי ההרצאות וקהל יעד: דגשים תזונתיים לגדילה בקרב ספורטאים צעירים – מאמנים, הורים וילדים | עקרונות בתזונת ספורט – מה לאכול לפני ואחרי אימון, ביום משחק ולבית הספר | תזונה נבונה בתקופת הפגרה | ניתן לשנות ולהתאים תכני הרצאות.

לנוחיותכם אפשרויות ליווי נוספות במחיר מסובסד:

• ליווי ל-25 ספורטאיות מועדון - 3 מפגשים (החל מטרם העונה ועד לסיומה), מדידות גובה ומשקל, אחוזי שומן (באמצעות קליפר), שיבוץ בעקומות גדילה, מתן המלצות בהתאם לתוצאות ובדיקות דם, ניתוח תזונאי ותפריט אישי.

• ליווי אישי לשני ספורטאים נבחרים, הכולל 4 מפגשים אישיים בעונה בקליניקה של רקפת אריאלי בראשל"צ, במודיעין או בנתניה.

[הקבלה לסדנה מותנת באישור מנהל/ת האגף](#)

את הסדנאות מובילה

רקפת אריאלי

תזונאית מומחית בעלת ניסיון עשיר של למעלה משני עשורים בליווי ספורטאים וקבוצות מקצועניות. הרצאות יועברו ע"י אריאלי וצוותה המורכב מדיאטניות קליניות וספורט