

## **Oviedo acoge el Taller Herbalife de Nutrición y Salud**

**Los talleres Herbalife, que se realizan por toda España, abordan de forma amena y pedagógica las claves para una dieta saludable.**

Oviedo, 25 de Octubre de 2012.- Este sábado se celebrará en el Hotel Ayre el “Taller Herbalife sobre Nutrición, Vida Saludable y Deporte” en el que el Doctor Julián Álvarez, especialista en Medicina de la Educación Física y el Deporte y pionero en España de la nutrición deportiva, profundizará sobre la estrecha relación que guardan la nutrición, los hábitos alimenticios y la actividad deportiva para un adecuado bienestar personal y físico.

Además, ofrecerá sencillas directrices para conseguir mejorar nuestro estilo de vida y hacerlo más saludable y explicará la importancia que tienen los complementos nutricionales en la dieta diaria o en las situaciones especiales del mundo del deporte, como los entrenamientos y la competición, etc.

La Conferencia sobre Salud y Nutrición tendrá lugar el sábado 27 de Octubre a las 12:00 horas y a las 17:00 horas, se celebrará otra Conferencia sobre Nutrición Deportiva, ambas en el Hotel Ayre (C/ Policarpo Herrero S/N) y estarán abiertas a los distribuidores de la firma y a sus invitados interesados en conocer las pautas para una correcta nutrición. El domingo 28 de Octubre, el Doctor Álvarez continuará su actividad dando formación a los Distribuidores de la compañía.

---