



vitamsport
by **vitampleni**

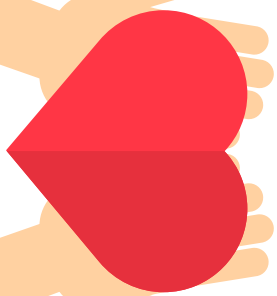
Que és Vitamsport

Degut a la gran demanda actual i a l'auge per les curses d' Ultra Trail, Trail, BTT, **Vitampleni** vol proposar la creació d'una certificació de qualitat, on es proporcionarà un servei de salut a les proves amb diferents professionals de diversos àmbits vinculats amb la salut de l'esportista (alimentació, podologia, entrenament, coach, fisioteràpia, metges...) per a poder assegurar al participant tot el seu benestar abans, durant i un cop finalitzada la competició, segons la necessitat en cada moment. Per tant, **VitamSport**, es tracta d' un certificat propi, però emmarcat dins de l'empresa **Vitampleni** amb col·laboració amb altres empreses i professionals de la salut, útil per garantir que tots els serveis proporcionats durant la competició són els adequats a les necessitats de cada moment i cada punt on es troben presents.

Totes aquelles curses que disposin d'aquesta certificació es diferenciaran de la resta per què estaran vetllant per la salut dels esportistes, tractant de treure el seu màxim rendiment durant la cursa i un cop acabada, en el procés de recuperació.

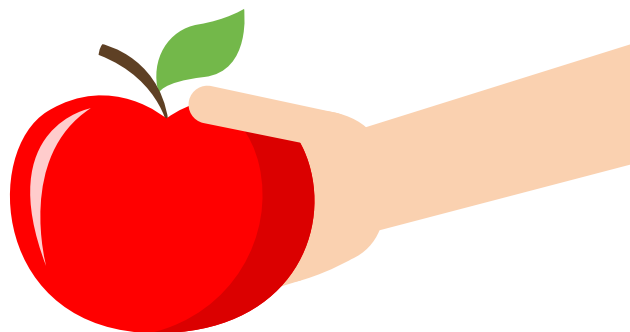


Objectius de la certificació **Vitamsport**



Vetllar per la salut de l'esportista

Adequar els àpats a una dieta atenent les necessitats de l'esportista



Donar un valor afegit a l'hotel o restaurant per a que l'esportista trii el vostre establiment abans que un altre.

Valor afegit amb Vitamsport

L'alimentació del dia abans a la competició i del mateix dia és un punt molt important i que cal tenir molt en compte per a que els esportistes participants puguin treure el màxim rendiment de les seves capacitats. És per això que cal que els centres on es realitzin aquets àpats estiguin preparats per afrontar-ho amb les màximes garanties.

L'àpat del dia previ a la competició ha de servir per a acabar de omplir les reserves dels competidors per a que pugin arribar amb les reserves plenes. Per tant, caldran aliments amb uns nutrients en concret. També us elaborarem una taula perquè pogueu adequar les racions al pes de l'esportista.

Un altre aspecte a tenir en compte abans de la competició és la correcta hidratació dels participants, fonamental per a realitzar la prova i per a afavorir la mobilització dels hidrats de carboni.

L'àpat del dia de la competició, segurament serà l'esmorzar (depenent de l'hora de sortida): us aconsellerem en quina hora és la millor tenir els esmorzars preparats per tal que als corredors els doni temps de fer la digestió abans de la competició i quins són els aliments ideals en relació a la digestibilitat i aport d'energia per tal de poder competir amb les millors condicions possibles.

L'àpat posterior a la prova, serà imprescindible una ingesta amb uns nutrients reconstructors que ofereixin l'aport necessari a l'esportista per ajudar al màxim en la seva recuperació i evitar així sobre entrenaments, cansanci excessius o fins i tot risc de lesions.




Serveis Vitamsport

Si voleu que el vostre establiment compti amb els nostre assessorament, podreu afegir la marca d'aigua del segell vitamsport en totes les vostres comunicacions d'allotjament i menús destinats als esportistes i nosaltres us maquetarem les cartes dels menús per als esportistes perquè el client sàpiga que ha estat fet per professionals del sector de l'alimentació i la cuina esportiva.

A més comptem, amb el domini vitamsport.cat a on es publicita quins són els establiments de cada cursa que compten amb el segell **vitamsport** que certifica uns serveis d'alimentació pensats per vetllar per la salut i el rendiment de l'esportista.

A través de les xarxes socials facebook i twitter de **vitamsport** es fa difusió dels establiments que compten amb el segell **vitamsport** per ajudar als corredors a saber quins són els establiments als que es poden allotjar o menjar per tal de tenir cura de la seva salut.





Assessoraments menús sopar i esmorzar pre cursa per hotels, albergs, refugis i cases rurals que ofereixin el servei d'àpats.

Descripció

Ho fem per els restaurants, hotels i bars de la zona de la cursa, perquè sigui adaptat a les necessitats dels corredors i allà on s'allotgin els participants tinguin un menú adequat perquè el corredor ompli les reserves per tal de poder rendir el màxim l'endemà en la cursa, sigui al sopar o a l'esmorzar del mateix dia. També podem preparar un menú postcursa per cobrir les necessitats proteiques necessàries per afavorir la recuperació de l'esportista.

Preu

100€ (iva no incl.)



Xerrada alimentació esportiva saludable al vostre establiment

Descripció

Xerrada on donem trucs claus per millorar l'alimentació de l'esportista i les nocions bàsiques per la pràctica esportiva (abans, durant i després). Es pot organitzar la xerrada mentre la gent fa un àpat.

Preu

130€ + Despeses de desplaçament (iva no incl.)

Tot plegat va acompanyat del segell de garantia "vitamsport" que dona un valor afegit de salut a l'establiment que opten per assessorar-se per adequar l'alimentació per als seus clients esportistes.

Vitamsport, una idea de:



vitampleni

by Astrid Barqué



Contacte

Vitampleni
610 952 248
93 538 61 51
info@vitampleni.cat
www.vitamsport.cat
www.vitampleni.cat

 /vitamsport

 @vitamsport