

## MONTAGNA DI LIBRI

APPUNTAMENTI LETTERARI AL RIFUGIO SEL ROCCA LOCATELLI

DOMENICA

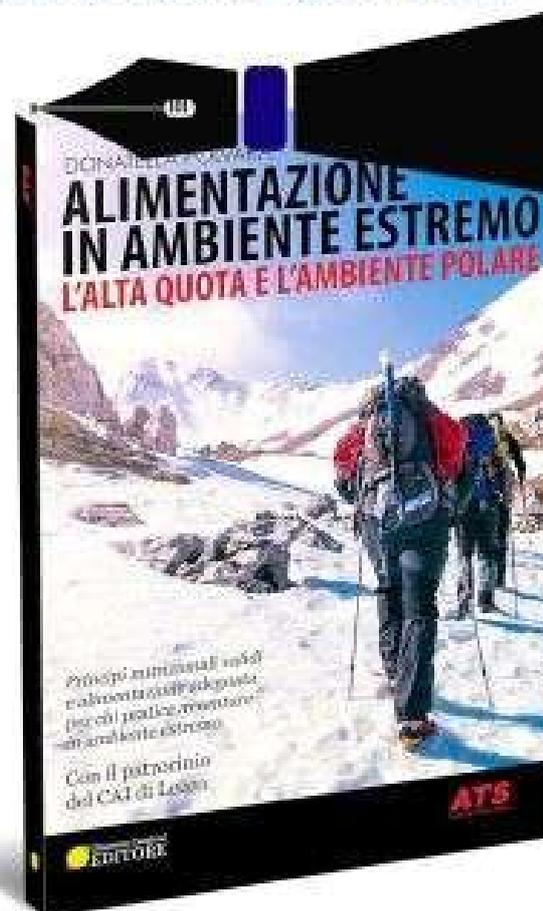
**25/08**  
ORE 16

Rifugio SEL Rocca Locatelli  
piazzale delle Miniere

## AMBIENTI ESTREMI: il cibo come compagno di viaggio

INCONTRO  
con la dott.ssa Donatella Polvara  
biologa e nutrizionista

L'autrice presenta i suoi due libri ricchi di segreti di alpinisti e esploratori che ci insegnano come l'attività fisica in montagna sia faticosa e necessita di una giusta preparazione fisica e di un'appropriata attenzione alimentare.



In collaborazione con:



SCOPRI DI PIÙ

[comunitamontana.lc.it](http://comunitamontana.lc.it) | [resinellioutdoorexperice.it](http://resinellioutdoorexperice.it)  
[info@resinellioutdoorexperice.it](mailto:info@resinellioutdoorexperice.it) | [cultura@comunitamontana.lc.it](mailto:cultura@comunitamontana.lc.it)



Resinelli  
Rassegna turistico culturale

CON IL SOSTEGNO DI

LAGO di COMO

acinoue  
Energia che ispira