

## LA AGENCIA DE MEDIO AMBIENTE Y AGUA CONFÍA EN LIDERA PARA DESARROLLAR UNA FORMACIÓN PARA SUS PREPARADORES FÍSICOS



**Lidera Sport Consulting** ha sido la empresa encargada del desarrollo e impartición del **curso sobre 'Alimentación, Nutrición e Hidratación en el Deporte'** dentro del servicio de formación para la plantilla de la **Agencia de Medio Ambiente y Agua de Andalucía**.

La Agencia, conocedora de la necesaria actualización de su personal de preparación física en relación con esta materia, estructuró los **contenidos formativos en tres niveles**: alimentación, nutrición e hidratación. Esta tarea se ha ido desarrollando de manera presencial y online durante los meses de junio, septiembre y octubre.

El desarrollo de estos tres bloques se ha lleva a cabo mediante **sesiones de 10 horas de duración**, en las que se han abordado contenidos como: alimentación en deportes de resistencia, trastornos del comportamiento alimentario y ejercicio físico, ejercicio en el calor o desbalance hídrico y deshidratación, entre otros muchos.

La impartición de una formación de este tipo supone el **afianzamiento de los servicios de formación 'ad hoc' de Lidera** para entidades públicas y privadas en relación con el sector deportivo.

**Link to Original article:** <https://www.fagde.org/blog/la-agencia-de-medio-ambiente-y-agua-confia-en-lidera-para-desarrollar-una-formacion-para-sus-preparadores-fisicos?elem=308572>