



Prof. ssa **Mirella Cotella**

**Prof. Roberto Calcagno** 07 / 08 / 1955

Dottore in scienze motorie, autore del libro **L'alimentazione vincente**, testo adottato dall'ISEF di Torino, facoltà presso la quale è stato consulente esterno fino al 2000, direttore del Centro Studi Scienze Motorie, docente ai corsi nazionali per istruttori ed allenatori per la **Fit One Promotion** di Milano, lo **Csen** ed il **Centro Studi Scienze Motorie**, "Zone consultant" diplomato da Barry Sears, consulente su allenamento ed alimentazione per diverse palestre e negozi di integratori, collaboratore delle riviste a tiratura nazionale **Cultura fisica** e **La palestra**, in passato ha collaborato anche con **Body's magazine** e **Universo Nabba**.



Dal 1987 al 2000 è stato responsabile **Nabba** per le regioni Piemonte - Liguria e Valle D'Aosta, sempre nella **Nabba** ha rivestito il ruolo di presidente del comitato scientifico nazionale ed è stato giudice internazionale di gara. Dal 1996 al 2000 è stato responsabile del **M.S.P.** per il settore bodybuilding e fitness per la regione Piemonte. Nel 2010 e 2011 viene chiamato a tenere delle lezioni di aggiornamento ai biologi nutrizionisti, presso l'**ACSIAN** di Pisa e nel 2012 per i professionisti nel settore della medicina estetica dell'**AIDME**. Sempre nel 2011 è stato invitato come relatore ad un aggiornamento per medici ed insegnanti **ISEF** a Milano, nel 2014 torna al **SUISM** di Torino per tenere delle lezioni di aggiornamento come consulente esterno. Dal 2015 lavora anche per la **Enervit**, come relatore e divulgatore del metodo "zona". Preparatore atletico, campione regionale, nord Italia e italiano over '40h-peso, campione italiano over 55, campione europeo over 50, campione del mondo over 50h-peso e 2° classificato mister Universo'over 45h-peso. Nel 2008 viene insignito del premio **Grimek**, prestigioso riconoscimento internazionale, che viene attribuito annualmente a personalità che si siano distinte in modo meritevole nella divulgazione e nell'insegnamento di tutto ciò che è legato al bodybuilding ed al fitness.

Nella sua carriera ha allenato moltissimi atleti di varie discipline e, solo nel bodybuilding, ha portato alla vittoria 25 campioni italiani, 25 nord italiani, innumerevoli campioni regionali, 4 campioni europei, 4 campioni del mondo, due vincitrici e due secondi classificati al mister e miss Universo.

Prof. Roberto Calcagno e Prof.ssa Mirella Cotella

# L'alimentazione vincente

IN FORMA ED IN SALUTE A TUTTE LE ETÀ

**L'alimentazione vincente**  
IN FORMA ED IN SALUTE A TUTTE LE ETÀ

2015



2015