

Nota de Prensa

El limón de Europa, el secreto diario mejor guardado de Saúl Craviotto para los Juegos de Tokio

- El abanderado de España, que busca su quinta medalla olímpica, incluye el limón en su dieta porque es un cítrico fuente de vitamina C que ayuda a disminuir el cansancio y la fatiga, algo que también hace otra deportista española con grandes opciones de éxito en Japón

(Murcia, junio de 2021). Los Juegos Olímpicos más esperados de las últimas décadas darán comienzo en Tokio el próximo 23 de julio. La delegación española acude a la cita deportiva más importante a nivel mundial con el objetivo de conseguir el mayor número de éxitos. **Al frente de todos ellos, en la jornada de apertura, estará Saúl Craviotto**, abanderado de España junto con Mireia Belmonte.

El piragüista viaja a tierras japonesas con la intención de conquistar la que sería su quinta medalla olímpica. Para ello se ha entrenado muy duro durante más de cuatro años. **Un entrenamiento que va más allá del kayak**. Un estilo de vida saludable y una dieta sana y equilibrada también son determinantes. Es ahí, lejos de la pista, donde **Craviotto guarda un secreto en su camino hacia el éxito: el limón**.

Este cítrico dorado del que se aprovecha todo y que es tan versátil en la gastronomía está muy presente en su alimentación desde primera hora del día: **“Consumo limón prácticamente a diario**. Por las mañanas, siempre tomo un zumo de cítricos entre los que está el limón y el pomelo. **Es una bomba de vitamina C que para los deportistas es esencial porque ayuda a disminuir el cansancio y la fatiga”**.

El limón, aliado de Sandra Sánchez para una kata de oro

El **limón**, producido bajo el modelo europeo, posee un alto contenido en vitamina C. Un **producto natural, sin grasa, sin sal ni sodio y con bajo contenido de azúcares**. Un alimento ideal para incluir en la Dieta Mediterránea, una de las más saludables del Mundo según la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Bien lo sabe **Sandra Sánchez**, otra de las grandes opciones de medalla para España en Tokio. La manchega comparte secreto con Craviotto. “Mi entrenador siempre me dice que aliñe la

EUROPA IMPULSA UN FUTURO SALUDABLE

WELCOME TO THE LEMON AGE

CON LOS LIMONES DE ESPAÑA

carne o el pescado con limón. **Es importante para todo el mundo, pero sobre todo para las mujeres porque el limón es fuente de vitamina C que mejora la absorción del hierro**", explica la mejor karateka de la historia que busca en Japón una *kata* de oro.

España, primer productor europeo de limones, también es exportador de grandes campeones. Ganadores de medallas de oro en Juegos Olímpicos y Mundiales gracias a su sacrificio, esfuerzo, dedicación y... estilo de vida sano, activo y saludable.

Sobre Welcome to the Lemon Age

Welcome to the Lemon Age (Bienvenido a la Era del Limón de Europa) es la campaña de información y divulgación más ambiciosa de la historia del limón europeo que cuenta con financiación de la Unión Europea y que se desarrolla en cinco países: España, Francia, Alemania, Estados Unidos y Canadá.

Sobre AILIMPO

AILIMPO es una interprofesional a nivel nacional, con sede en Murcia, oficialmente reconocida por el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación de España y la Comisión Europea, que representa los intereses económicos de productores, cooperativas, exportadores e industriales de limón y pomelo en España, un sector en el que España es líder mundial de exportación en fresco y ocupa el segundo lugar en el ranking de países procesadores, facturando 700 millones de euros anuales, generando 20.000 empleos directos y una facturación en industrias auxiliares de más de 250 millones de euros.

Más información

www.thelemonage.eu

CONTACTO

Antonio Álvarez

Antonio.alvarez@tactics.es

636 70 65 42

El contenido de la presente publicidad representa únicamente la opinión de su autor y es responsabilidad exclusiva del mismo. La Comisión Europea, no asume ninguna responsabilidad por el uso que pudiera hacerse de la información que contiene.