



第2回 小学生のための

スポーツ栄養講習会



日時

6月13日

13:00~14:00

園児~3年生

15:00~16:00

4年生~6年生

会場

サンライズ九十九里 大ホール
(山武市九十九里町真亀4908)

参加費

会員 ¥2,000

非会員 ¥2,300

持ち物

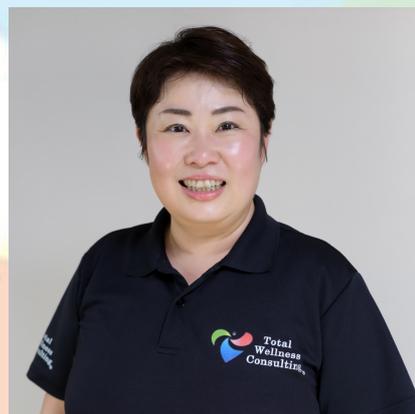
筆記用具

今回のテーマは…

熱中症と食事のつながり

講師：公認スポーツ栄養士 松田幸子 氏

ジュニア競泳選手時代、合宿の食事が原因のケガで現役を引退する。これをきっかけとして「どんなレベル・年齢の人に対してもケガのない体づくり」を指導することを高校1年で決意。東京都立新宿高等学校から女子栄養大学栄養学部へ進学。大学ではまだ社会に浸透していなかったスポーツ・運動と食事の関係を学び研究する。卒業後、フィットネス企業(株)レヴァン(丸紅グループ)入社。スイミングインストラクター、ジムトレーナー、喫茶運営、プログラム開発、社員教育など幅広く業務を行う。退職後、管理栄養士・パーソナルトレーナーとしてフリーランスで活動。年間1000件以上の個人指導(運動・食事)を継続的に実施。健康増進介護予防個人指導や特定保健指導・介護予防講座を行う。並行してアスリート対象スポーツ栄養講座、アスリート個人サポート栄養士・管理栄養士講座スキルアップ講師、講演、監修を行う。



お申し込みはこちらから



お問い合わせ

柏レイソル アライアンスアカデミー長生

千葉県長生郡白子町中里4482 白子ニューシーサイドホテル内

Mail: k.reysolchousei@gmail.com

TEL: 0475-30-2211 FAX: 0475-33-2595

切：2021年6月11日(金)23:59まで