

ジュニアアスリートのための スポーツ栄養セミナー

日時：2017年7月9日（日）13：30～16：30

（13：00 受付開始）

受付場所：大妻女子大学 千代田校 本館2F コタカフェ

申込期限：2017年7月2日（日）

参加上限：保護者（100人）、小学生（100人）先着順

保護者のみの参加も可能です

参加費：無料

講師：小清水孝子

（大妻女子大学教授、公認スポーツ栄養士）

講師：高波嘉一

（大妻女子大学教授、公認スポーツファーマシスト）

プログラム

13：00：受付開始

13：30～14：30：栄養セミナー（小学生対象）「今日から実践！ジュニアサッカー選手としての食事」

13：30～14：30：InBodyでの身体測定（保護者対象）

14：30～14：45：休憩

14：45～15：45：栄養セミナー（保護者対象）「成長期のスポーツ選手の食事」

14：45～15：45：InBodyでの身体測定（小学生対象）

15：55～16：30：InBody測定結果について

申込先（メール申込のみ）

東京都少年サッカー連盟事務局 info@u12tfa.jp

氏名、参加人数、携帯番号、所属チームを明記