

【対象：高校生以上】



スポーツ栄養ってココが面白い！

～食・栄養がスポーツのためにできること～

城西大学 薬学部 医療栄養学科
第4回 ワークショップ (無料)



「食」・「栄養」がスポーツのためにできることってなんだろう??
どうして、「食」・「栄養」がスポーツに大切なんだろう??
本学の公認スポーツ栄養士が実体験も交えながら
【スポーツ栄養のおもしろさ】をお話します。
一緒に楽しく学びませんか??

日時

2024年12月21日(土)

12:30~14:30 (受付 12:00~)

場所

城西大学 坂戸キャンパス
16号館 4階 401 教室

保護者同伴
OK!

参加

下記のQRコード、あるいはURLから入力フォームにアクセスし、
エントリーしてください **【締切：12月18日(水)】**

<https://forms.office.com/r/X8ri5W9wbf>



内容

講義：食・栄養がスポーツのためにできること
実習：食育SATシステムを使ったアスリート食体験実習

講師



助教 伊東 順太
(管理栄養士・公認スポーツ栄養士)

なお、本ワークショップに関する問い合わせは、

医療栄養学科教員 岩田 (n-iwata(at)josai.ac.jp) へお願いします。

※ (at) は @ に置き換えて御送りください。