

未来あるスポーツ育成年代への指導学(2)

女性アスリートの体と栄養

令和5年1月26日(木)

START...18:30 END ...20:30

女性アスリートを支える方に！



「特化して気を付けることはなに？」

「栄養が偏ると、体にどんな影響が出てくるの？」

「スポーツが引き起こす貧血について」

「無月経が続くと、骨やじん帯が弱くなる？」



場 所：北野生涯学習センター本館 2階 中会議室

定 員：30人(先着順)

申込開始：令和4年12月5日(月) 9時

対 象：スポーツする子ども達の指導者、保護者、興味のある方

持 ち 物：筆記用具

一時保育：無料 要事前申込 定員5人(未就学児のみ)

申込方法：窓口、電話、FAX、電子申請



講 師：細川 奈穂子氏(アスリートフードマイスター1級、管理栄養士)

西南学院大学硬式野球部、東福岡高校ラグビー部、福岡大学サッカー部等の栄養サポート他

【お申し込み・お問い合わせ先】

北野生涯学習センター本館(久留米市北野町中273-1)

TEL 0942-78-2308(平日9時から17時まで)

FAX 0942-78-7283(24時間受付)

電子申請 →
24時間受付中→

