

スポーツ活動中の水分補給、補食や中学生の時期に大切にしたい食事について学びます。

◆主催／特定非営利活動法人たかとみスポーツクラブ、高富中学校PTA

1 期 日 平成30年6月9日(土) 14:00~15:30
受付 13:30~

2 会 場 山県市総合体育館 2階多目的ホール

3 対 象 高富中学校PTA会員、TSC会員、指導者、教員



4 講 師 柴崎 真木 先生 (管理栄養士／健康運動指導士、健康科学修士・経営学修士 (MBA))

管理栄養士／健康運動指導士、健康科学修士・経営学修士 (MBA)、至学館大学大学院健康科学研究科修了 (健康科学修士)。アトランタ五輪を目指す競泳選手に食事のアドバイスをを行ったことをきっかけに、スポーツ栄養士の道を目指す。スイミングスクール、フィットネスクラブでの運動・栄養指導を経て、実業団陸上部、トライアスロン、スピードスケート、サッカーJリーグジュニアユース、大学ラグビー部、高校野球部などジュニアからトップアスリートの栄養サポートに関わる。

2006年岐阜県スポーツ科学トレーニングセンタースポーツ栄養専門員として国体選手等の栄養サポート担当。

2008年日本スポーツ振興センターマルチ・サポート事業スタッフとして、ロンドン五輪の競泳、男子柔道の日本代表チームの栄養サポートを担当。

2016-2017年日本オリンピック委員会強化スタッフ(医科学/トライアスロン) 等

◆著書「疲れやすい人の食事、いつも元気な人の食事」 等



5 受講料 無 料

6 申込方法 ・高富中学校保護者、教員の方は、学級担任または教頭先生へ提出してください。
・TSC会員、指導者、その他は、総合体育館事務所またはクラブ事務局へ提出してください。

7 申込〆切 平成30年6月4日(月)までにご提出ください。

.....き.....り.....と.....せ.....ん.....

TSC・高富中PTA「スポーツ栄養講座」 参加申込書

申込区分	・高富中PTA ・TSC会員 ・指導者(高富中・TSC)・教員 ・他()
参加者氏名 (複数記入可)	
◆どんなスポーツ活動に参加(指導)しておられますか? → ()	
◆スポーツ栄養について、特に知りたいこと、聞きたいことがあれば、ご記入ください。	