

スポーツ選手が日常や大会前に 食べて良いもの・悪いものなんて 考えた事ないですか？

昨年、ソフトテニスの世界選手権で男女を団体で金メダルに導いた、川上晃司トレーナーを招いての「スポーツ栄養学」の講演会を開催します。日頃、保護者の皆さんがスポーツするお子さんに何を食べさせるのが良いか悩みを解消します。選手の皆さんの大会前に食べて良い物も発表します。

今回は特別ゲストに世界選手権金メダルの尾上胡桃選手が同席します。



主 催 酒田ソフトテニス連盟
後 援 (公財) 酒田市体育協会
日 時 令和 2年 2月1日 (土)
会 場 勤労者福祉センター 3階多目的ホール
(酒田市緑町19-10)
時 間 10時~12時30分
講 師 川上 晃司 氏 (スポーツインテリジェンス)
尾上 胡桃 さん (日体大桜友会)

参加料 無 料

参加対象 小学6年生 中学生・高校生・一般

(参加者多数の場合は調整させていただきます)

申込み 参加希望者は参加申込書に記入の上、1月30日(木)まで
下記にFAXにて送付してください。

FAX番号 0234-24-6245 (連盟事務局・斉藤自宅)

問合せ 酒田ソフトテニス連盟事務局長 斉藤 誠
090-4639-8071 (18時以降にお願いします)