

2024 第1回 女性アスリートの 三主徴と栄養について

日時・場所

7月6日(土)

10:00～12:00

秋田県立総合プール
2階会議室

講習内容

- ・女性アスリートの栄養
- ・シーズン中の栄養や水分補給

講師

長嶋 智子 氏

城東スポーツ整形クリニック
スポーツ栄養相談室 室長

学ぼう！！

エネルギー不足 無月経 骨粗しょう症

成長途上で競技に取り組む女性が陥りやすい症状です
そうならないために正しい知識を学び、水泳に取り組もう！

※ 今後他のサポートプログラム(講習会)を2回計画

主催

一般社団法人
秋田県水泳連盟

対象・定員

(公益)日水連
登録の女性アスリ
ート・保護者・
水泳指導者・
関係者 70名

参加料

無料

申込方法

以下のQRコードにアク
セスしてください



お問合せ

ご不明な点は以下まで
yha-1068@cna.ne.jp
女性アスリート支援委員会

※定員になり次第締め切り
とさせていただきます
お申込みはお早めにお願
いいたします