

成長期アスリートの身体づくりを助ける**食事のきほん**

春休み特別企画セミナー

イオンモール松本

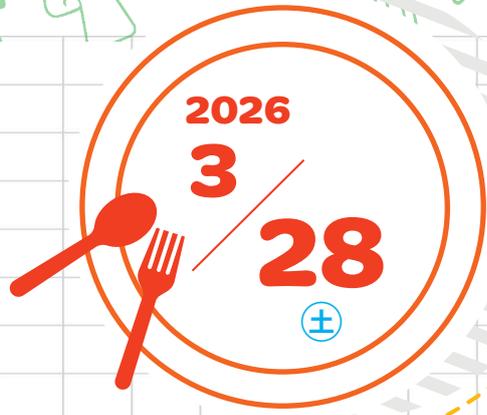
まなびの健康セミナー

親子で学ぶ

スポーツ栄養学

松本ヘルス・ラボ会員ではない方も大歓迎！
皆様お問い合わせのうえ、ぜひお越しください。

日本代表選手やプロ選手をはじめ、これまでのトップアスリートのコンディションサポートで感じた成長期の身体づくりや食事、生活習慣の重要性、子供のうちに親子で取り組みたいことについてお話しします。



松本大学 人間健康学部健康栄養学科
専任講師 長谷川 尋之氏



管理栄養士 / 公認スポーツ栄養士

管理栄養士として大阪体育大学大学院で運動栄養学を学び、日本代表選手の栄養サポートに従事。現在は松本大学教員として、地域スポーツの発展と競技者支援、人材育成に取り組む。

(セミナー終了後)

野菜摂取量が分かる
ベジチェック
実施します！



参加
無料

申込
不要

10:30 - 12:00

(開場 10:00)

会場 |
イオンモール松本
風庭2F イオンホール

定員 | **50**名(先着順)

お問合せ



一般財団法人
松本ヘルス・ラボ
松本市中央1-18-1 Mウイング1階

TEL 0263-39-1139

平日 10:00~17:00

松本ヘルス・ラボ

検索