

食育・熱中症予防講座

ジュニアスポーツ選手の「成長」と「運動」に必要な食生活、熱中症と予防方法を再確認しましょう！！

2019年

9月23日 祝・月

午前9:30-11:20

参加費
無料

定員50名

東松山市総合会館 3階 304会議室 (東松山市松葉町1-2-3)

第1部

9:30~10:20

「知っておきたい、
ジュニアアスリートの食事」

第2部

10:30~11:20

「実習で学ぶ、スポーツドリンクの選び方」

スポーツドリンクを
作ってみよう!!

講師：長島洋介(武蔵丘短期大学 健康生活学科 専任講師)

申し込み方法

東松山文化まちづくり公社へ直接または電話にてお申込みください。

申し込み期間

令和元年9月2日(月)～令和元年9月20日(金)

問い合わせ先

公益財団法人東松山文化まちづくり公社
東松山市松葉町1-2-3 東松山市総合会館 1階
TEL: 0493-24-6080 FAX: 0493-24-9909

担当：鳴・原口・千代田