

食事もトレーニング

Jr.アスリート『食トレ』親子講習会を開催

申込は、こちらのQRコードよりお願い致します！



参加者募集！親子20組

2/28(sun) 10:45受付/講習会11:00~12:30 : 松本市総合体育館・1階会議室

今よりもっとパフォーマンスを上げるために『食トレ』をしよう！



松本大学



講師プロフィール

長谷川 尋之氏
松本大学人間健康学部
健康栄養学科専任講師
管理栄養士/日本スポーツ協会
公認スポーツ栄養士

略歴

2014年 日本オリンピック委員会強化スタッフ(医・科学スタッフ/体操競技)に就任
2017年 松本大学人間健康学部健康栄養学科 専任講師に就任

WARRIORS 10TH ANNIVERSARY 10PROJECT

信州ブレイブウォリアーズは地域文化を支え地域とともに歩み続けます

10周年事業：『食育』

スポーツ選手の食生活でも、基本をしっかり身につけることやトレーニングの内容や試合に向けてタイミングよく食事をとることが大切になります。

選手達と関わりながら、経験をもとに培った『食トレ』のノウハウをアウトプットしたいと思います。

是非この機会に “食事もトレーニング” という認識を持って選手と家族がひとつになって取り組んで頂くための参考にして下さい。

2.28SUN

試合観戦

『食トレ』講習会参加
親子ペアチケット /
2階(自由席)

締切募集

2/24 水曜日 pm9:00

¥3000.-

iwatani
イワタニ長野株式会社

PRESENTS
2020-21 SEASON HOME GAMES

NHK 長野放送局

2.27 SAT 15:05 TIP OFF
2.28 SUN 14:05 TIP OFF

会場 松本市総合体育館

BRAVE WARRIORS VS. ALBEX BB

今シーズン唯一の松本ゲーム開催!