

スポーツをするお子さまを持つ方に、ぜひ参加していただきたいセミナーです



運動パフォーマンスが向上する栄養満点メニューや効果的な食べ方をお伝えします！

子どものスポーツ栄養メニューセミナー

【開催日時】

2024年4月23日（火）

13時30分～15時00分

【会場】金沢市総合体育館 第2会議室

【対象】スポーツをするお子さまをお持ちの方

【講師】笹川 真澄 氏(管理栄養士)

【定員】10人(最少催行人数 3人)

【持ち物】筆記用具

【参加料】700円

【申込期限】4/9(火)～4/22(月)

※定員に達し次第締切

【申込方法】専用申込フォームでお申込みください。

このセミナーではスポーツを頑張っているお子様の食事の悩みを一緒に考え、少しでもモチベーションアップにつながるような講座になればと考えています。

【セミナー内容】

1. 成長期ならではの栄養
2. 栄養の知識
バランスのよい食事とは？
3. 補食
親が準備する場合
自分で準備する方法
4. 私の人生も輝かせる

お申込みは
ホームページの専用フォームから
お願いいたします。



講師：笹川真澄氏
(管理栄養士)