

# ジュニアアスリートのための 食生活講座

日々の食生活のアドバイス(献立)や、  
試合前のコンディショニングなどについて  
学んでみませんか？



スポーツ大好きなお子様の  
成長期における食生活などの  
栄養学講座です。

日時：平成30年12月1日(土) 13:30~15:00

対象：運動部・市スポーツ少年団に所属している小・中・高生を持つ保護者や関係者

会場：相模原ギオンスタジアム 会議室

定員：40名

費用：500円(当日券売機で購入)

持ち物：筆記用具

講師：管理栄養士/調理師 堀内 麻央 氏

申込：10月15日から電話/メール/FAX/HPの教室申込フォームにて、  
氏名(フリガナ)・住所・電話番号・性別・教室名を  
競技場までご連絡ください。



相模原ギオンスタジアム

〒252-0335 相模原市南区下溝4169

TEL 042-777-6088

FAX 042-777-0161

メール [asamizo-stadium@dream.jp](mailto:asamizo-stadium@dream.jp)



昨年の教室の様子