

指定管理者
11月期事業

スポーツ栄養学 セミナー

～ 肥満を予防し、健康な身体づくりを始めましょう～

2019年

11月14日 木 10:00-12:30

会場 住友金属鉱山アリーナ青梅 第1会議室

対象 スポーツ愛好者

定員 先着30名 (10月15日 午前8:30から電話および体育館窓口にて受付)

参加費 1,500円 (ランチ代含)

第1部

10:00～11:30

「食べるダイエット！素敵なボディメイクのための栄養学。肥満予防・健康な身体づくりを学びます。」

講師：高水 秀美 氏 (管理栄養士)



第2部

11:30～12:30

「食べて学ぶ！昼食会  献立の一例を紹介します」



お申込み
お問い合わせ

住友金属鉱山アリーナ青梅指定管理者
青梅市スポーツ施設運営パートナーズ

TEL: 0428-24-7721