

# アスリートの栄養摂取と コンディション管理

三重国体に向けて、本県水泳競技の競技力向上を目標に、  
医学・科学的な知識や技術の習得のための講演会を開催します。

■日時：平成**29**年**11**月**26**日（日） **参加無料**  
13:00～16:00（受付12:30～）

■場所：鈴鹿工業高等専門学校 第二合併講義室

公共交通機関：白子駅西口から三重交通バスに乘車 約10分、  
東旭が丘3丁目で下車 徒歩10分

自家用車車：駐車場有

13:15～14:15 講演1 「アスリートと栄養摂取」  
講師 中根 一恵（医科学委員会委員、管理栄養士）

14:30～15:30 講演2 「アスリートの栄養バランス  
とコンディション管理」  
講師 村松愛梨奈（医科学委員会委員、学術博士）

15:30～15:50 質疑・応答  
\*講演外のことも受けます

- 対象：三重県水泳連盟登録団体の選手・保護者、指導者、関係者
- 申込み：各所属担当者へ申込むか、下記までメール・郵送・Faxで、  
または、水泳連盟ホームページフォームより**11/15**まで  
にお申込みしてください  
（対象に該当しない場合は**有料**となります。事前にお問い合わせください）

■連絡先：三重県水泳連盟医科学委員会 委員長 寺本圭輔  
〒448-8542 愛知県刈谷市井ヶ谷町広沢1 愛知教育大学保健体育講座  
Fax：0566-26-2467 E-mail：teramoto@aeu.ac.jp