

AKITA女性アスリートSMILEプログラム講習会

申込みはコチラ！



12.14 Sun.

参加特典でヤクルト商品プレゼント！

定員100名！

会場：秋田市北部市民サービスセンター「キタスカ」

秋田市土崎港西五丁目3-1

■第1部 13:15-13:55 (40分)

※3つの内容のうち、1つ選択

女性アスリートのための
リハビリ栄養学

公認スポーツ栄養士
長嶋 智子 氏

メンタルトレーニングと
私のトリセツ作り

メンタルトレーニング
アドバイザー
渡瀬 友斗 氏

がんばる自分を支える
カラダの話

日本スポーツ協会認定
スポーツドクター
小野寺 洋平 氏

■第2部 14:05-14:45 (40分)

※3つの内容のうち、1つ選択

女性アスリートのための
リハビリ栄養学

公認スポーツ栄養士
長嶋 智子 氏

けがとその予防

日本スポーツ協会認定
スポーツドクター
齊藤 英知 氏

がんばる自分を支える
カラダの話

日本スポーツ協会認定
スポーツドクター
小野寺 洋平 氏

■自由参加 14:45-15:15 (30分)

※どちらか選択

個別相談会

日本スポーツ協会認定
スポーツドクター
榎 真美子 氏

ヨガ

Yoga Space Suria
オーナー リョウコ 氏

<お問い合わせ>

TEL: 018-860-1242

秋田県スポーツ振興課 櫻田