

第8回 さいたまスポーツ栄養勉強会

持久系競技者の 血糖コントロールを 中心とした栄養戦略

現場で使える！
注目テーマ！



12.21 (日)

14:00-16:30

受付開始：13：30～

会 場：RaiBoc Hall（市民会館おおみや）
6階 集会室1

対 象：栄養士、管理栄養士
スポーツ指導者など

参加費用：4,950円

内 容：持久系競技において、血糖コントロールはパフォーマンス維持の鍵となります。

持続血糖測定器を活用した実践的なモニタリング方法も交えて、食事・補給・コンディション管理の新しい視点を深めます。



お申込みはこちらのQRコード
よりお願い致します。



講師 廣松 千愛先生

博士（スポーツ健康科学・立命館大学）。

IOC Diploma in Sports Nutrition。

公認スポーツ栄養士。

立命館大学スポーツ健康科学部を卒業後、兵庫県立大学環境人間学部にて管理栄養士を取得。卒業後はプロスポーツチームの食堂で調理や献立作成、トップアスリートを対象としたパーソナルサポートで個別栄養の経験などを積んだのち博士号を取得。現在は日本代表選手を対象とした支援および研究に携わる。



日々の活動に必要な最新知識
一緒に学びませんか？