

岡田瞳さんの栄養学セミナー

強い体をつくるにはどんな食事をすれば良いの？

栄養のバランスは摂れている？

おやつには何が良いの？

普段の食事をどのようにすべきか…などトップアスリートを支えてきた

岡田瞳さんによる栄養学セミナーです。

食事を作る側のスポーツ選手を支える保護者はもちろん、食べる側の子どもも食事方法を知っておけば普段からの意識改革になるはずです！

参加費

一般 1000円

日時：平成27年6月28日

19時00分～20時45分（開場18時30分～）

会場：なるせ駅前センター 4F ホール

講師：岡田 瞳（株式会社アレナトーレ）

筑波大学卒業後は単身ドイツに渡り、フィジオセラピスト(理学療法士)の国家資格を取得。その後アスリートのコンディショニングに特化したスポーツクリニック『スポーツリハ＝ベルリン』にてブンデスリーガやナショナルアスリートの治療、リハビリ、トレーニング指導に携り、同時に様々なブンデスリーガ加盟クラブの専属フィジオとしても活動。2012 FFA U-20女子ワールドカップをきっかけに帰国。同大会ではFFAメディカルスタッフの一員として国際レフェリーのコンディショニングをサポートした。2013年春、厚生労働省より特例認定を受け、日本でも理学療法士の免許を付与される。日本とドイツをメイン拠点とし、複数の競技の海外遠征や国際大会帯同のため世界中を飛び回る。2015年、医療法人社団SEASONS 自由が丘整形外科において非常勤理学療法士として勤務開始。臨床経験を磨きながら、アスリートの傷害予防やパフォーマンスの向上をはじめとしたコンディショニングの重要性を広く普及させるべく活動中。



《参加申し込み》

hara@dreamsports.info 宛てに下記内容を記載の上、メールにてお申し込み下さい。

食育セミナー参加希望

- ①氏名②参加形態（一般 or 所属クラブ名）③メールアドレス
④携帯電話番号

※携帯電話のメールアドレスの場合はこちらからのご連絡が不慮になるケースが多発しております。『携帯電話以外のメールアドレス』の記載を推奨いたします。（「迷惑メール」「ドメイン拒否指定」の設定をしている方は、お手数ですが「@dreamsports」の指定受信をお願い致します。）

《アクセス》

なるせ駅前センター 4F ホール

JR 横浜線成瀬駅北口から

徒歩2分

住所：町田市南成瀬 1-2-5



主催：地域スポーツクラブドリームスポーツ

協力：株式会社アレナトーレ、NPO 法人ドリームスポーツ