


日本陸上競技連盟医事委員会スポーツ栄養部 Web セミナー開催案内

日本陸上競技連盟医事委員会スポーツ栄養部では、2019年に国際陸連 IAAF(現 WA)より陸上競技選手の栄養に関する新たな合意声明が提示されたことをうけ、翻訳作業に取り組んできました。そこで2022年度はこの情報を共有すべく、Web セミナーを開催する運びとなりました。日頃より陸上競技選手の栄養面を支えてくださる皆さまに向けて、わかりやすく解説をいたしますので、ご参加いただけますと幸いです。

| | | |
|-------|--|--|
| イベント名 | 日本陸上競技連盟医事委員会スポーツ栄養部ウェブセミナー | |
| テーマ | 国際陸連による陸上競技選手のための最新スポーツ栄養情報 | |
| 主催 | 公益財団法人 日本陸上競技連盟 医事委員会 スポーツ栄養部 | |
| 日時 | ① 2022年9月30日(金) 19:00~20:30 ② 2022年11月18日(金) 19:00~20:30 ※①②は異なる内容となります。 | |
| 場所 | オンライン開催 (Zoom で実施いたします・申込者に後日 Zoom ID をご案内いたします) | |
| プログラム | <p>19:00 開会 真鍋 知宏 (日本陸連 医事委員会 副委員長)</p> <p>19:05 諸連絡</p> <p>9/30 「エナジー・アベイラビリティの考え方、水分補給法、健康維持のための栄養摂取」 田口 素子 (日本陸連医事委員会スポーツ栄養部長)</p> <p>19:45</p> <p>9/30 「適時栄養の考え方、たんぱく質の摂取、長時間競技の栄養戦略」 鈴木 いづみ (日本陸連医事委員会スポーツ栄養部員)</p> <p>20:20 質疑応答</p> <p>20:30 閉会</p> | <p>11/18 「怪我予防、サプリメントの考え方、高所・と暑熱環境での注意点」 松本 恵 (日本陸連医事委員会スポーツ栄養部員)</p> <p>11/18 「ジュニア・女性選手への配慮、合宿・遠征時の栄養補給、特別な食事療法」 東郷 将成 (日本陸連医事委員会スポーツ栄養部員)</p> |
| 参加資格 | 実業団、大学、高校、中学などの陸上競技の指導、栄養サポートや医科学サポートに携わる方、都道府県陸上競技協会関係者 など | |
| 申込期間 | 2022年9月22日~9月29日 | |
| 申込方法 | <p>Google フォームで申してください。 お申込みはこちら→ https://forms.gle/SCNbbABfNm11Q6zm9 ※WEB のみの申込となります</p> |  |
| 参加費 | 無料 | |
| 定員 | 100名 | |
| 問合せ | 日本陸上競技連盟医事委員会 担当：伊東 m.ito@jaaf.or.jp | |