

# スポーツ講演会

『ジュニアアスリートの

入場  
無料

競技力を高める栄養学とその実践』

平成31年2月24日(日) 13:30～15:00

会場：栗原市若柳総合体育館(アスパル・わかやなぎ)

講師：早川 公康 先生 (スポーツ栄養士)

仙台大学大学院教授(体育学部教授兼任)

## 【講師紹介】

学生時代は、陸上競技十種競技選手として、近畿選手権2位(優勝者はタレントで活躍中の武井壮氏)などの活躍を収める。

現在は仙台大学にて、スポーツ健康科学・スポーツ栄養学などを専門分野として、学生に丁寧な授業を展開し、好評を得ている。またこれまで幼児から高齢者まで、スポーツ選手、健常者、障害者などを対象にオールマイティな指導も行っている。

今回の講演会では、ジュニア期の課題ともいえる「成長期の健全な発育発達」と「競技力の向上」をいかに両立させるか。トレーニングと栄養の観点を中心に、指導者・選手・保護者それぞれの目線からもご講演いただく。

### ◆保有資格◆

【栄養系】管理栄養士、公認スポーツ栄養士、NRS(栄養士)アドバイザー、食品保健指導士、食育指導士、(J-HACCP)Food Safety Total Solution Program : Former Auditor

【運動系】CSCS(認定ストレングス・コンディショニング・スペシャリスト)、健康運動指導士、障害者スポーツ指導員、幼少年体育指導士、赤十字ベシクワイフサポーター

### ◆受賞等◆

2007年「日本発育発達学会」優秀研究賞受賞



主催：NPO法人栗原市体育協会・栗原市スポーツ少年団本部

後援：栗原市教育委員会

問い合わせ先：アスパル・わかやなぎ (TEL.32-3313)

築館B&G海洋センター体育館 (TEL.22-4840)