

アスリートなら知っておきたい



- ・疲労物質(乳酸・活性酸素)の除去法は？
- ・テニス肘って栄養と関係がある？
- ・足がつるんだけど、どうして？

「スポーツと栄養」講演会

勝つための栄養学

2011.2.11

14:00~15:30
(受付13:30)

fri

岩手県民情報交流センターアイーナ(盛岡駅西口)
5階501(国際交流センター内)

講師

定 真理子 *Mariko Jo*

新宿溝口クリニックチーフカウンセラー

自身の不妊症治療で分子整合栄養医学に出会う。

1984年より栄養療法カウンセラーとしてクリニックやその他機関で多くの患者様と接するかたわら、栄養療法カウンセラー養成講座として後任育成に努める。

年間に20以上の医師、医療関係者向けの分子整合栄養医学講座・セミナー等の講師を務めている。

☆著書「35歳からの栄養セラピー 妊娠体質に変わる食べ方があった。」

☆その他、掲載記事はターザン、日経ヘルス、マリクレール等多数あり。



定 真理子 (著)、北野原 正高 (著)

35歳からの栄養セラピー

「妊娠体質」に変わる食べ方があった!
青春出版社

参加費: 1,000円

申込方法: 下記申込書にご記入の上、FAX又は郵送、E-mailにて、お申し込み下さい。スポーツと栄養に興味のある方なら、どなたでも参加できます。(先着70名)

申込書

氏名	フリガナ
TEL	E-mail
興味のあるスポーツ	

FAX ▶ 019-672-2182

E-mail ▶ akm_kanaya@yahoo.co.jp

【問合せ先】健康と栄養を学ぶ会 担当/金谷
〒028-3304 紫波町二日町字北七久保91-41
電話: 090-4479-1755