



します。

的なポイントをお伝え

今日から実践できる具体

など、保護者が家庭で

試合前後の食事サポート

課題を踏まえ、練習や

身体的特徴や食に関する

ジュニアアスリートの

本講座では、成長期にある

# 今日からできる！ ジュニアアスリートのための スポーツ栄養 —保護者が担う食事サポートのポイント—



小林 唯 講師

國學院大學人間開発学部健康体育学科准教授 アルバルク東京(Bリーグ)の栄養アドバイザー

バスケットボール男子ナショナルチームにおいて栄養指導を担当し、海外遠征にも帯同した経験を持つ。現在は、國學院大學の運動部に所属する学生アスリートの栄養サポートや、BリーグALBARK東京のトップチームからユース世代まですべてのカテゴリーで栄養アドバイザーとして活動している。

受講料

1,500円(税込) 1回 : 90分

オンデマンド(録画)配信

配信期間

令和8年 3月3日(火) ~ 6月30日(火)

申込締切

令和8年 6月23日(火)

申込

QRコードの申込フォームからお申し込みください



お問い合わせ先: 國學院大學エクステンションセンター

TEL: 03-5466-0270

Mail: jigyoku@kokugakuin.ac.jp

もっと日本を。もっと世界へ。



國學院大學