

アスリートキッチン® for Runner

～マラソンを完走するための食事術～

Presented by 静岡ガス



【開催日】2012年1月24日（火）

19：00～21：00（終了予定）

【会場】静岡ガス エネリア静岡ショールーム

【アスリートキッチン® for Runner】

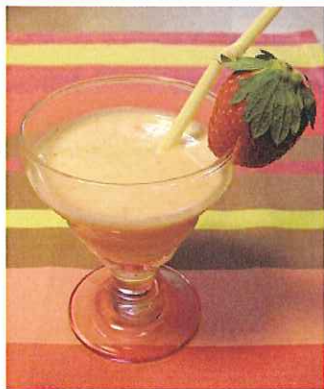
駿府マラソン、日本平マラソン、東京マラソンなどに出場する方におすすめ。

ベストコンディションでのレースは食事から！

練習時の食事や当日の食事、水分補給法を伝授します。おすすめスープのデモや理想献立のご試食もあります。

講師：こばた てるみ (株)しよくスポーツ 代表取締役、公認スポーツ栄養士、管理栄養士

Jリーガーやオリンピック選手らトップアスリートの栄養サポートを行う一方、ビジネスマン、受験生、美ジョガーなどにもアドバイスを行う。手軽でオシャレ、栄養バランスがよい上に美味しい料理は大人気。10日間で3万食完売のスポーツ弁当をはじめ商品開発やイベントの企画・運営、テレビやラジオ、雑誌などでも活躍中。大好きな美味しい食べものとお酒、ゴルフ、テニス、マラソンなど、自身も「食とスポーツ」を楽しみながら実践中。 ☆ブログ <http://athlete55.com/kobata-terumi/>



写真はイメージです。当日の試食内容と異なる場合があります。

【概要】

■対象：駿府マラソン、日本平マラソン、東京マラソンに出場される方、マラソンをはじめられた方

■参加費：3,500円（軽食代込み）

■申し込み方法：申込書に必要事項をご記入の上、FAXまたはEメールにてお申し込みください。

■締め切り：先着順（定員になり次第締め切らせていただきます。）

※イベントの内容については急な変更等ある場合がございます。あらかじめご了承下さい。

<お申し込み & お問合せ>

(株)しよくスポーツ：こばた、ふじくら TEL:042-313-7311 FAX:042-313-7312 E-mail:info@shoku-sports.jp

【主催】株式会社しよくスポーツ 【協賛】静岡ガス株式会社、