

第14回ライブラリーラウンジ

アスリート飯

Date/Time

1月16日 火
4限 15:10~16:40

Place

JUCAFE

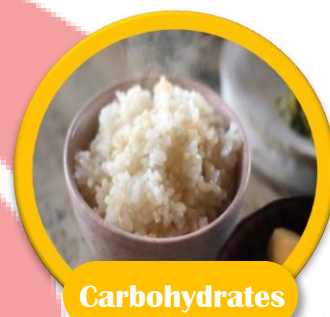
一人暮らしさん必見！
栄養バランス偏っていませんか？



Vitamin



Protein



Carbohydrates



Mineral



Lipid

アスリートのあなたへ
普段の食事、気をつけてますか？

Contents

今回は、講師に医療栄養学科の伊東順太先生をお招きし、食育SATシステムを使って目で見えて触って、楽しく強くなるための食事を学べます！スポーツ選手の体づくりは食事が基本！今回は、図書館を飛び出しJU CAFEでの開催となるので学部に関係なく誰でも気軽に参加いただけます。

Lecturer

医療栄養学科
伊東順太先生

How to apply

図書館カウンターまたは、
メール(library1@josai.ac.jp)

主催 水田記念図書館学生アドバイザー

Copyright (C) Josai University Mizuta Memorial Library All rights reserved