

# 【2020年度科学的トレーニングスペシャルセミナー（2/14・日）】

## 参加申込書

（申込先） いしかわ総合スポーツセンター トレーニングルーム

F A X : 0 7 6 - 2 6 8 - 2 4 2 6 ※送信票なしでこのままお送りください。

代表者	氏名 _____ 競技名 _____
	所属(学校・チーム名) _____
	連絡先(電話番号またはメールアドレス) _____

	フリガナ 氏名	第1部		第2部		
		A:トレーニング <small>※どちらかを選んでください</small>	B:栄養講話	A:コアパワー ヨガ	B:スポーツビジョン (各団体3名まで) <small>※A・B・Cから1つを選んでください</small>	C:体組成測定
(例)	イシカワ タロウ 石川 太郎				○	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						

### ★個別栄養相談

20分/1人×3枠(16:00～、16:20～、16:40～)

氏名	年齢	
性別 (男・女)	相談者 選手・指導者・保護者	競技
連絡先	-	-
相談内容 (例:増量、減量、貧血予防、疲労骨折予防、筋肉量増加、補食、食事量、食事構成など)		

※申し込み多数の場合は、抽選により決定いたします。抽選にはずれた方には別日を設定する予定です。

**（締切）2021年2月10日(水)18:00必着にてお願いいたします。**

【お問い合わせ】

いしかわ総合スポーツセンター トレーニングルーム  
TEL 076-268-2420 担当：酒井、越原