

フロスポーツチームで活動する管理栄養士を招き、
スポーツ栄養学を行いました！



保護者と子供一緒に参加していただき、
普段子供と話し合う機会がないため、食生活というテーマでしたが、
大変有意義な時間になったという声をいただきました！
アスリートの食事における基礎を今回は教えていただきました！
年に複数回開催する予定です！

