

愛知学泉大学・愛知学泉短期大学
栄養・健康を学ぶ学生必見！
健康応援セミナー

参加費
無料

食事×運動でカラダもココロも
元気になるために知っておきたい5つのこと
ー女性とスポーツの現状を踏まえてー

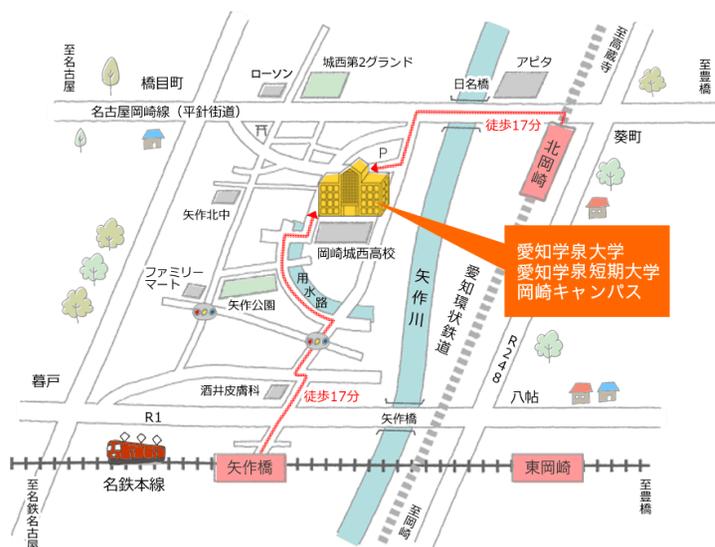
生涯にわたって健康に過ごすためには、運動が欠かせません。
若年女性の健康課題や運動実施の現状を知り、解決方法を考えてみましょう。

日時 令和5年11月10日（金）
16時35分～18時00分

会場 愛知学泉大学・愛知学泉短期大学
大会議室（1号館3階）

お申し込み方法

右記QRコードより専用
フォームにてお申込み
ください



講師 高田由基
愛知学泉大学家政学部
こどもの生活学科 講師

元100kmマラソン日本代表、国別対抗戦において銀メダルに貢献した日本を代表するウルトラランナー。現在は子どもから大人までランニング指導をしている。ハリー杉山（タレント）のコーチもしている。

【主催】 愛知学泉大学潜在能力開発研究所