

ランチオンセミナー2024



肉体改造のための 栄養と筋トレ基本編



近年の健康意識への高まりにより、
筋トレは現在空前のブームとなっています。
ただ、これらは栄養学や運動学を学ばず、
やみくもによっても効果は限定的です。
本講演ではこれらの基本について説明致します。

12 / 5 (木)
12:00~13:00

※情報提供が10分程度あります

講師

大江 慎 先生

浜松医科大学 整形外科

長寿運動器疾患教育研究講座 特任講師

参加費無料
お弁当付き!

会場

浜松医科大学医学部附属病院
第1集会室

対象

どなたでもご参加いただけます

定員

40名 定員になり次第締め切ります

申込み

右記の二次元コードより
申込下さい。



問合せ

☎ 053-435-2380(内線:3745)

✉ dr-info@hama-med.ac.jp