

# NSCAジャパン 東海地域ディレクターセミナー

## 兼 島田市総合スポーツセンター愛好者と指導者のためのトレーニング講習会

### 2018年3月21日(水)

主催 特定非営利活動法人NSCAジャパン 後援 静岡県、島田市教育委員会(予定)

時間	12:30~16:45 (12:00~受付)
会場	島田市総合スポーツセンター ローズアリーナ 1F 研修室 (静岡県島田市野田1689)
内容	<p><b>【講義】12:30~14:30</b>  <b>特徴的なクライアントに対するスポーツ栄養のアプローチ~ストレングス、エンデュランス~</b>          栄養に関する考え方は、トレーニング同様、対象者の身体的特徴によって変わります。今回の講義では競技-(ストレングス、エンデュランス)を対象に取り上げ、対象者に応じたスポーツ栄養に関する実践的なアプローチまでを学びます。基本的な内容というよりは、現場で対応を行うための応用を鑑みて内容を構成できればと考えています。また、その中でサプリメントに関する考え方や留意点についても取り上げます。</p> <p><b>参考文献</b>          1)Michael Gleeson.Immunological aspects of sport nutrition.<i>Immunology and Cell Biology</i>.94:117-123.2016.          2)Kerksick C.M.,et al.International society of sports nutrition position stand: nutrient timing.  <i>J Int Soc Sports Nutr</i>.29;14:33.2017.</p> <p><b>【講義】14:45~16:45</b>  <b>特徴的なクライアントに対するスポーツ栄養のアプローチ ~女性、高齢者、成長期~</b>          栄養に関する考え方は、トレーニング同様、対象者の身体的特徴によって変わります。今回の講義では健康-(女性、高齢者、成長期)を対象に取り上げ、対象者に応じたスポーツ栄養に関する実践的なアプローチまでを学びます。基本的な内容というよりは、現場で対応を行うための応用を鑑みて内容を構成できればと考えています。また、その中でサプリメントに関する考え方や留意点についても取り上げます。</p> <p><b>参考文献</b>          1)厚生労働省:高齢者の低栄養防止・重症化予防等の推進について          2) Brown K.N., Wengreen H.J., Beals K.A.Knowledge of the female athlete triad, and prevalence of triad risk factors among female high school athletes and their coaches.<i>J Pediatr Adolesc Gynecol</i>.27(5):278-82.2014.          3) Batsis J.A., Gill L.E., Masutani R.K., Adachi-Mejia A.M., Blunt H.B., Bagley P.J., Lopez-Jimenez F.,Bartels S.J.Weight Loss Interventions in Older Adults with Obesity: A Systematic Review of Randomized Controlled Trials Since 2005.<i>J Am Geriatr Soc</i>. 65(2):257-268.2017.</p>
講師	 <p>清野 隼</p> <p>MS,CSCS,NSCA-CPT, 管理栄養士,スポーツ栄養士 ウイダートレーニングラボ</p>
受講料	会員:4,320円 一般:5,184円
定員	30名 (定員に達し次第締め切ります)
キャンセルポリシー	開催1週間前までにご入金がない場合、受付をキャンセルとさせていただきます場合がございますのでご了承ください。開催1週間前を過ぎますと、キャンセルチャージとして受講料の100%を申し受けます。
CEU	0.4(カテゴリーA)