

順天堂大学医学部附属浦安病院 女性アスリート外来主催

第3回 ジュニア女子アスリート コンディショニングセミナー

in
浦安



- 開催日: 12月27日(金) 13:00受付開始 / 13:00~15:10
- 開催場所: 順天堂大学医学部附属浦安病院 外来棟3階カンファレンスルーム
- 主催: 順天堂大学医学部附属浦安病院 女性アスリート外来
- 協力: 女性スポーツ研究センター
- 対象者: ジュニア女子アスリート(小学生、中学生、高校生)、保護者
※選手1名につき保護者1名まで
- 定員: 25名(定員になり次第締切り)
- 参加費: 無料
- お申込: 右記QRコードよりお申込ください



1 13:00~ メディカルチェック体験(体組成測定、簡易貧血検査)

2 14:00~ 婦人科医師によるミニセミナー 「月経と体調管理について」

窪 麻由美 順天堂大学医学部附属順天堂医院・浦安病院 女性アスリート外来 医師

3 14:20~ 婦人科看護師によるミニセミナー 「基礎体温の測り方」

4 14:35~ 公認スポーツ栄養士によるミニセミナー 「体重管理について」