

待望の食アス本！

「かんたん やさしい 食べるを変える！米トレ」

札幌

著者 馬淵恵 出版記念講演会

心も身体も強くなりたい
高校球児を育てるママと
その家族が「米トレ」に挑戦。
文武両道を目指す食の細かい次男、
ダイエットに目覚めたお姉さん、
体調管理に気を遣うパパにまで
応用がきくスポーツ食育本
物語風だから読みやすく！
わかりやすい！



【著者】

食アスリート協会理事・主任講師

馬淵 恵

【レシピ担当】

食アスリート協会シニアインストラクター

堀口 泰子

原田 マチ子

報知新聞社より出版 定価1,500円（税込）

2019年2月5日発売

子育て中のお母さんに特に読んでほしいこの一冊を
しっかり活用していただけるよう著者が徹底解説します！

かでのる2.7 1060会議室

札幌市中央区北2条西7丁目
道民活動センタービル

参加費3,000円（当日お支払い）

書籍1冊プレゼント!!

先着

80名様

6月27日（木）

19:00～20:30

著者
講師

馬淵 恵
まぶち めぐみ

一般社団法人食アスリート協会理事・主任講師
日本スポーツ協会公認スポーツ栄養士
FREC株式会社 代表取締役社長
株式会社フィジカルレストラン統括管理栄養士
健康食育シニアマスター

食アスリート協会理事・主任講師・公認スポーツ栄養士
共立女子大学食物学科管理栄養士専攻を卒業後、大手食品メーカーで営業を担当。
その後結婚出産を経てフリーの管理栄養士として独立。
大手エステ、行政、病院、企業での生活習慣病、ダイエットなどで延べ5万人を超える
方々へ食のアドバイスを。現在はスポーツ食育を中心にプロ野球選手、高校野球、
高校ラグビー、高校サッカー、大学ラグビー、大学アメリカンフットボール、
実業団陸上、バレーボールなどの栄養サポートを全国で展開している。



お申込み
お問い合わせ

食アスリート協会 担当 大平

お電話 09013874097 又はこちらのQRコードよりお申込み下さい

