

2025 年度

## 2025 第 1 回 SAK 競技スキーセミナー

(京都府高体連スキー専門部強化事業と兼ねる)

主催 京都府スキー連盟 (共催 京都府高等学校体育連盟)

主管 京都府スキー連盟競技部 (共同主管 京都府高等学校体育連盟スキー専門部)

日時 2024 年 7 月 22 日 (月) 12 時 00 分～13 時 30 分

参加費 無料(現地参集の方は事前申込不要。ZOOM 参加の方は前日までに問い合わせ願います。)

会場 立命館中学校・高等学校

〒617-8577 京都府長岡京市調子一丁目 1-1

TEL : 075(323)7111/FAX : 075(323)7123

[立命館中学校・高等学校 \(ritsumei.ac.jp\)](http://ritsumei.ac.jp)

校内には駐車スペースがありません。公共の交通機関をご利用願います。

阪急西山天王山駅より・・・徒歩約 8 分(西国街道を北東に)

JR 長岡京駅 より・・・徒歩約 15 分(西国街道を片泓交差点から南へ)

京阪淀駅より・・・バス約 12 分(調子バス停より、西国街道へ)

内容 栄養プログラム「勝ち飯」講習会

講師 味の素株式会社 スポーツニュートリション部 長谷川 毅 氏

筆記用具に加え、現地は二足制ですので、下履きを入れる袋と上履きを持参願います。

スキー選手に必要なエネルギーの効率的で正しい摂取方法や夏から秋にかけてバテない身体作り、シーズンインに向けた体力増強のための食事プログラムを、専門家に解説していただきます。

講師は、様々な種目のトップアスリートのサポート経験をお持ちの味の素株式会社の長谷川氏をお招きしています。

立命館中高の会場とともに、ZOOM を利用したオンライン受講も可能です。オンライン受講の詳細については、下記までお問い合わせ願います。

問合先 京都府スキー連盟競技副部長 徳永秀也

[tokunaga@js.doshisha.ac.jp](mailto:tokunaga@js.doshisha.ac.jp)

075-781-7121 (同志社高等学校)

当連盟は、個人情報の保護に関する法律及び関連法令等の定めに従い、個人情報を取り扱います。参加者の個人情報は、本事業および当連盟の他の事業でのみ使用するとともに、当連盟の他の事業の DM 発送等に利用いたします。また、当連盟もしくは委託先から申込内容に関する確認の連絡をさせていただくことがあります。

行事参加中の映像・写真・記事・記録等をテレビ・新聞・雑誌等報道機関での誌面へ掲載もしくは Web サイトにて公開することがありますのでご了承下さい。

以上