

ジュニアクルーのためのコンディショニング BOOK 配布のお知らせ

公益社団法人日本ボート協会

医科学委員会

医科学委員会では、ジュニアクルーのためのコンディショニング BOOK を作成しました。

対象：高校生・大学生（大学１年生向けの内容です）

内容：

- ・コンディショニング（予防、ケア）
- ・女性競技者のコンディショニング
- ・栄養
- ・アンチ・ドーピング

（B5 版、48 ページ）

9/21（水）15：30～ 戸田公園管理事務所にて配布いたします。

ご希望のチームは、事前に必要部数をメールし、当日配布ブースに取りに来てください。

1チーム20部までの配布とさせていただきます。

大学以外のチーム（社会人、クラブ、高校）の方も対象となります。

なお、配布ブースでは、コンディショニングおよび栄養相談も受け付けますので、お気軽にお立ち寄りください。

■申込先 E-mail：kyogi@jara.or.jp 担当：日本ボート協会事務局 堀沢

メールには団体名と必要部数を記載してください。