

スポーツを気軽に楽しく学ぼう！

# すぎなみ スポーツアカデミー 基礎講座

参加費  
500円

すぎなみスポーツアカデミーでは、  
「スポーツをする、観る、誘う、応援する」を  
テーマにスポーツを学ぶ機会を  
提供しています。  
あなたも気軽に楽しく  
スポーツを学びませんか。



## 今こそ、スポーツ栄養学で 負けないカラダを作ろう

カラダ作りのための効果的な栄養の取り方を学びましょう

日時：3月3日(水)

午後6時30分～7時45分

場所：産業商工会館

阿佐谷南3-2-19

講師：鶴澤 響子

(日本スポーツ協会 公認スポーツ栄養士)

定員：25名(先着順)

参加料：500円(当日支払)

対象：区内在住・在勤・在学の16歳以上の方

申込方法 2月1日(月)から電話又は  
財団HPで申込

新型コロナウイルスの感染状況等、今後の社会情勢の変化によっては、  
中止、もしくは延期となる場合がありますのでご了承ください。

問い合わせ・申し込み先

公益財団法人杉並区スポーツ振興財団 杉並区阿佐谷南1-1-4-2 みなみ阿佐ヶ谷ビル8階

HP <https://sports-suginami.org/>

予約  
サイト URL <https://sports-suginami.resv.jp/>



03-5305-6161

土・日・祝を除く9:00～17:00