

スポ人会員の保護者さま向け

オンラインセミナー



将来の可能性を広げる

ジュニアテニス選手の 身体づくり



講師
長峯 誠
(株式会社キーマイン)

【みんなと一緒にではない】遺伝子栄養から考える
わが子に合った食事・栄養のサポート

2026 **11.21** 土

19:00~20:00

Zoomオンライン開催 講演50分 + 質疑応答10分

参加費：1,000円

こんな悩み、ありませんか？

☒ 食べているのに体重が増えない

☒ 周りの子との体格差が気になる

☒ 練習量に対して、今の食事でいいの？

☒ 栄養の情報が多すぎて迷ってしまう

セミナーの内容

01

成長と競技を支える食事

身体の成長と、練習・試合のエネルギーを
両立する

02

ジュニアテニスの日常

練習・試合・移動・待ち時間。
揺れやすい量とタイミング

03

同じ方法が全員に合わない理由

成長段階・生活・練習量・遺伝的体質の違い

04

遺伝子栄養の活用

未来の予測ではなく、今の課題と優先順位
を知る情報に

05

実践を習慣に変える

知る→試す→振り返る→調整。管理栄養士
の伴走

06

ユアプロのご案内

遺伝子栄養プログラムの内容とお申込み方法

参加URLは後日メールでお送りします。 お申込み締切：11月18日

お申し込みはこちら：

