



ランナーの為の食セミナー第4回・テーマ：ランナーのための貧血改善法

8月栄養セミナーは「貧血改善法」です。ランナーの悩みの一つ、鉄欠乏性貧血。管理栄養士の私、岡田も、実は長い間貧血で苦しみました。病院で鉄剤もらって治して、また数年後に繰り返し。鉄をきちんと吸収する！これが大切です。食トレで吸収力を入れ上げられたら、貧血が改善していきます。さて、それはどうするのか？サブスリー管理栄養士が、貧血改善方法を伝授します。

イベント名	ランナーの為の食セミナー第4回・テーマ：ランナーのための貧血改善法
開催日	2017/8/4 (金)
受付開始	18:40 ~
申込料	ランナーのための貧血改善法 3,000円
支払方法	会場払い
参加定員	10人
開催場所	タケ&ハルビル第一4F ランスポット
住所	大阪府大阪市住吉区长居東4-11-25
主催者	ランバディ・ランニング・クラブ
お申し込み	イベントへのお申し込みはこちらのサイトから！ https://moshicom.com/8877



MAP

