運動『食』事

為什麼努力運動還是減不下來

『三分靠運動．七分靠飲食』

讓我們找出你疏忽的飲食關鍵

11月25日(六)10:00~12:00

花師教育學院 階梯教室A109

好食課 共同創辦人

Cofit 運動營養組 組長

無限體能訓練中心 營養顧問

健身工廠運動營養講座 講師

康健雜誌駐站營養師

前勁體能訓練中心 營養顧問

中華職棒大聯盟球隊營養顧問

FIT –FNS 運動營養專家 培訓講師

主辦單位：國立東華大學體育中心 & 通識中心