
The banner features a wooden background with fresh vegetables like tomatoes, carrots, and bell peppers. At the top center, the text 'トラメシ' (Tora Meshi) is written in white inside a blue square. To the left, an orange banner says '帰ってきた!' (It's back!). The main title 'トライアスリートのための栄養セミナー' (Nutrition Seminar for Triathletes) is in large, bold, blue-outlined white text. Below it, a red box contains the word 'テーマ' (Theme), followed by the theme text '『自宅でケアする食事と栄養』' (Diet and Nutrition for Home Care). The date and time '4.24(金) 19:30より' and the method '方法: Zoomにて(オンライン会議)' are in blue-outlined white text. At the bottom, a blue box with white text indicates the target audience: '対象 トライアスリート(30名限定)' (Target: Triathletes, limited to 30).

トラメシ

帰ってきた!

**トライアスリートのための
栄養セミナー**

テーマ
『自宅でケアする食事と栄養』

4.24(金) 19:30より 方法: Zoomにて(オンライン会議)

対象 トライアスリート(30名限定)
