

## 今後のスクール再開に備える！



コロナの影響で、なかなか外出やトレーニングがしづらい中で、  
なんだか調子が良くないと感じていませんか？  
運動量が落ちているのに、食事は以前と変らなければ、  
身体の組成(体重)にズレが生じて、コンディションが落ちてしまうのは明らか。  
なので、トライアスロン業界の専門スタッフをアドバイザーに、  
自宅できるオンラインの栄養セミナー「トラメシ 2020s」を開催します！

---

---