

SUSONO MTB CHALLENGE 2022

マウンテンバイクが市内を通行



オリンピックレガシーイベントとして、またスポーツツーリズム事業の一環として、マウンテンバイク大会を開催します。

右図の区間をマウンテンバイクが交通ルールに従って通行します。付近を通行する際は注意をお願いします。

時 試走▶11月11日(金) 11時～15時45分
大会当日▶11月12日(土) 9時～16時45分、
13日(日) 9時～16時

所 受付▶市民文化センター
大会会場▶公文名・久根地先林道

内 MTB (マウンテンバイク) レース、E-MTB (電動マウンテンバイク) レース

他 大会会場での観戦を希望する場合は、産業観光課へお問い合わせください。

☎ 産業観光課 995-1825



アスリート飯で目指せ頂点!

すその頂飯講座参加者募集



「スポーツに食事管理は重要と聞くけど、具体的に何に気を付けてどんな食事をとれば良いのか」そんな疑問を持っている皆さんにお知らせです。

栄養学の先生とスポーツ選手に食事を提供している管理栄養士が、食事と筋肉の関係や実際に提供しているメニューなどについて話をします。

スポーツをしている人やスポーツをしている子どもの保護者、食事管理に興味がある人など、皆さんの参加をお待ちしています。

時 令和5年1月19日(木) 10時30分～12時30分

所 市役所401会議室またはオンライン (Zoom)

費 無料

対 市内に住んでいる人または通勤している人

定 20人 (先着順)

講 ●日本大学短期大学部食物栄養学科 准教授 篠原啓子さん ●ニトリ女子ランニングチーム 管理栄養士 蒲生佳奈さん

申 電話・メール・二次元バーコードで氏名、住所、電

アスリート食の開発 いただきめし すその頂飯

- 市内や県内等の地場産品を活用した食事
- アスリート向けに作り上げたこの食事を食べれば、大会・試合に勝てる!
- もちろん健康志向の人にもおススメ!
- 1週間分のレシピも公開中!



話番号、メールアドレス、希望する参加方法をお知らせください。

期 12月16日(金) 17時

☎ kankou@city.susono.shizuoka.jp

☎ 産業観光課(市スポーツツーリズム推進協議会事務局) 995-1825