

## 運動營養與傷害預防策略

- 一、主辦單位：台灣營養學會
- 二、協辦單位：益富學校、中國文化大學保健營養學系
- 三、活動時間：115年03月07日（六）9:00-12:00
- 四、活動地點：Teams線上直播課程
- 五、對象：對運動營養照護有興趣之醫事人員（醫師、營養師、個管師、護理師、護士等）
- 六、報名費用：免收費
- 七、學分：營養師公會全國聯合會 持續教育積分
- 八、取得積分條件：完整參與課程且完成簽到、簽退及課後滿意度問卷者，方能獲得積分認證
- 九、報名日期：即日起～115年2月26日（四），或額滿為止
- 十、報名方式：採線上報名，報名連結 <https://forms.gle/Dhyc6EB8P9L9ZK1VA>

時間	主題	主講者	座長
09:00 – 09:10	開場致詞	台灣營養學會 趙振瑞 理事長	
09:10 – 10:40	增肌減脂的運動營養策略	臺北醫學大學保健營養學系 助理教授/ 文林診所 營養師 陳淑子 博士	台灣營養學會 趙振瑞 理事長
10:40 – 10:50	中場休息		
10:50 – 11:50	肌肉骨骼系統之運動傷害與 文明病預防策略	國立體育大學運動保健學系 林晉利 副教授	中國文化大學保健營養學系 游宜屏主任
11:50 – 12:00	綜合討論	陳淑子 博士 林晉利 副教授	中國文化大學保健營養學系 游宜屏主任