

マウンティンゴリラ登山学校 第11回机上講座のお知らせ

エネルギージェルを飲んで 夏山を安全に登ろう！



エネルギー不足は遭難のリスクを高めます。
トライアスロン選手やトレランランナーの
エネルギー補給法に学びましょう！

講師：伊藤 千江子氏

(株)TCFショット・ジャパン

23年間、アスリート向けの補給食「Shotzエネルギージェル」の
輸入販売に携わる。

数多くのShotzエリートアスリートのアドバイザーとして
アスリートを支える傍ら、アスリート向けの分かり易い
補給セミナーは毎回好評を博す。

毎年UTMF松永紘明選手のサポートクルーとして貢献。

※ ショットエネルギージェルと
エレクトロライトパウダーの試飲会を行います。

実施日：7月1日（金）

時間：19:00～21:00（開場は18:30）

参加：無料、要お申し込み。

お申し込み先：

マウンティンゴリラ登山学校事務担当 木元 康晴

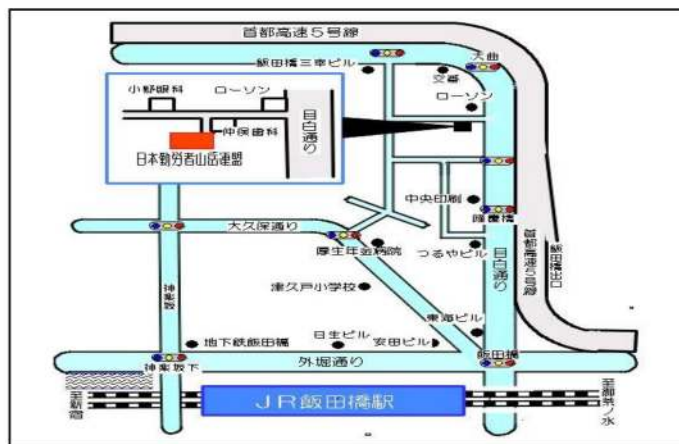
申込方法 ● 下記連絡先にお申込者氏名と、
ご希望人数をお伝えください。

E-mail ● kimoto.y666@gmail.com

電話 ● 090-8063-6851

※不在にすることが多いため、できるだけメールでの
お申し込みをお願いいたします。

場所：日本勤労者山岳連盟事務所



住所 ● 東京都新宿区新小川町5-24 (〒162-0814)

電話 ● 03-3260-6331

JR・地下鉄 飯田橋駅 下車 徒歩10分

飯田橋駅から目白通りを江戸川橋方面へ歩き、大曲バス停前のローソン
手前の角を曲がって約50mの、歯科医院の角に入った突き当りです。