



男子バレーボール部SG2025春リーグ1日密着！

2025/4/19～5/26にわたり、第65回東北バレーボール男女リーグ戦が行われました。
リーグ戦に帯同した栄養サポートチームの1日をご紹介します！



調理した補食を手分けをして選手の元へ運びます。保冷バッグで保管し、温度管理、衛生管理を徹底しています。

会場到着

9:30



試合観戦をしながら、選手の競技時間や汗のかき具合を把握しています。また、選手の状態をみて、しっかり水分補給ができていかなどを確認しています。

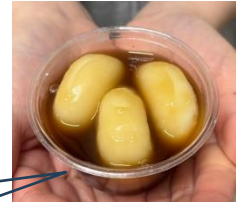
試合観戦

9:40

サポートグループスケジュール 11:00



ココアミルク



白玉団子みたらし

12:30

ゼリードリンク
みかん味



アップ時間前補食提供

試合前でも飲みやすいゼリードリンクを提供しています。試合に影響がでないように、消化の良いゼリードリンクを手作りしています。



試合後補食提供

試合後に糖質を補給することで、筋肉の回復を促しています！試合に勝っても負けても、お疲れ様の気持ちを込めて提供します。

高校生のみなさんへ

スポーツ栄養研究会サポートグループでは、頑張っているアスリートを支えることができます。私たちと一緒に選手のサポートをして、実践力を身につけましょう！男子バレーボール部SG一同お待ちしております！