

45 週年院慶學術研討會

全方位運動營養研討會—解密運動營養全攻略

活動時間：114 年 12 月 06 日(六) 08:30~17:00

活動地點：中國醫藥大學英才校區—立夫教學大樓一樓 104 講堂

主辦單位：中國醫藥大學附設醫院臨床營養科、臺中市營養師公會

協辦單位：中國醫藥大學附設醫院老人醫學科、中國醫藥大學營養系

參與人員：僅限臺中市營養師公會會員參加(免費)，名額限 145 位。

報名方式：臺中市營養師公會官網登入報名[<請點此>](#)，([報名步驟說明請點此](#))

報名時間：114 年 11 月 12 日 10:00~114 年 12 月 3 日 23:00，或額滿為止。

報名後，如欲取消請於 12 月 3 日前取消。取消方式說明[<請點此>](#)

報名注意事項：

本會會員報名本會主辦之免費課程或活動，如無故未出席，將自該課程、活動日起三個月(90天)內，暫緩其報名課程與活動之正取資格。

於此期間內，如該會員報名課程或活動，將列為候補，僅於報名截止後仍有名額時，方可遞補錄取。

注意事項：

- ✓ 午餐自理。
- ✓ 營養師繼續教育積分申請中，為維護課程品質及訓練規定，課程當天遲到超過 09:20 者，恕不給予整天課程積分，敬請配合。
- ✓ 如有疑問歡迎與公會聯繫，電話 (04)2310-6692，Email：tcdatcda102@gmail.com

<課程議程見下頁>

課程議程

時間	課程	講者	主持人
08:30-08:50	營養師積分簽到		
08:50-09:00	致詞		郭慧亮/葉佳雯 中國附醫臨床營養科主任/臺中市營養師公會理事長
09:00-09:50	「激發潛能的關鍵營養」- 抗疲勞與運動表現優化的實證應用	中國醫藥大學 運動醫學系 曹榮鑑 助理教授	中國附醫臨床營養科 郭慧亮 主任
09:50-10:40	健康成人與特殊族群的運動訓練原則 (成人/銀髮族/癌症/慢性病)	放勢運動工作室 蘇宸逸 體能訓練師	臺中市營養師公會 葉佳雯 理事長
10:40-11:00	休息		
11:00-11:50	「從文獻到健身房」- 運動營養研究的臨床落地指南	台北市立大學 運動科學所 侯建文 所長	中國醫藥大學營養系 黃怡真 副教授
11:50-12:00	Q and A		
12:00-13:10	午餐(自理)		
13:10-14:00	逆齡智慧啟動修復力：從 Vivifrail 評估到氫水修復的抗老策略	東海大學兼高齡健康與 運動科學主任 吳曼寰 教授	中國附醫老人醫學科 林志學 主任
14:00-14:50	運動營養策略- 運動前中後的營養處方設計	國家科學運動中心 曾怡鈞 營養師	臺中市營養師公會 胡斯雲 理事
14:50-15:10	休息		
15:10-16:00	功能性補充品於 運動營養之應用與安全性	郭環棻 營養師	臺中市營養師公會 劉芳綺 常務理事
16:00-16:50	磁圓梅針 × 經絡 × 運動恢復： 中醫結合運動營養的新策略	中國附醫中傷科 李紋綺 中醫師	中國附醫臨床營養科 呂孟純 組長
16:50-17:00	Q and A		
17:00-	簽退與賦歸		