**運動與營養趨勢論壇**

本會特別邀請到來自於日本國立體育大學(National Institute of Fitness and Sports in Kanoya, Japan)的Futoshi Ogita教授。Ogita與Tabata教授為全球第一次在1980年代開創高強度間歇訓練(HIIT)新觀念的科學家，意外引導全球健身產業與運動教練界的流行，目前為日本東京奧運國家隊負責日本游泳隊運動科學檢測的專家，現任日本體能科學會現任會長。Dr. José González-Alonso，為全球知名的運動營養學者，是在運動過程水分與電解質補充為領域先驅學者，在歐洲與英國可被視為大師級學者。Dr. Brennan Harris為美國名校College of William & Mary的運動生理學者，獲得卓越教學貢獻之獎項。在馬拉松生理學為國際知名學者。Dr. Jozef Ukropec與Dr. Barbara Ukropcova均為歐洲知名運動醫學頂尖學者，現為斯洛伐克國家科學院科學家與醫師，分別在運動與新陳代謝及運動心理等研究成果高度被科學界引用，在運動營養與疾病預防上有很高的學術貢獻。另外，為配合體育署新南向計畫，本會邀請新加坡的Dr. Lim Chin Leong Fabian，演講關於女性跑者的運動營養學。

* 時 間：2019年3月30日 09:00 a.m. to 1500 p.m., Saturday, March 30, 2019
* 地 點：台北世界貿易中心展覽大樓2樓 第3 、4會議室 (台北市信義路五段五號)

TWTC Exhibition Hall 1 (No.5 Xinyi Road, Section 5, Taipei City,Taiwan)

* 主辦單位：台灣運動營養學會、台灣肥胖醫學會、臺北市立大學運動科學研究所
* 報名網址：www.tssn.org.tw (因場地限200名)
* 報名時間：108年1月28日至3月5日止或額滿為止
* 報名費用：學生 300元；會員 500元；非會員 800元 (未附午餐)
* 現場有同步翻譯
* TSSN進階運動營養專業課程認證6學分
* 營養師繼續教育積分申請中

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 運動與營養趨勢論壇 | | | |
| 時間 | 流程與議題 | 講題 | 主持人/與談人（暫定） |
| 0830-0900 | 報到 | | |
| 0900-0910 | 開幕典禮 | 致歡迎詞 | 體育署 國際組長官  郭家驊 理事長 |
| 0910-0940  0940-0945  (中文簡譯) | 運動訓練 | 奧運游泳選手的賽前訓練原則Training principle for Olympic swimmers before competition | Speaker: Prof. Futoshi Ogita  主持人：Dr. Weerawat Limroongreungrat |
| 0945-1015  1015-1020  (中文簡譯) | 運動營養 | 補充水份對運動員表現與生理功能之原則  Heat, hydration and human physiological function: strategies for enhancing athletic performance | Speaker: Dr. José González-Alonso  主持人：楊艾倫 教授 |
| 1020-1035 | 茶敘 | | |
| 1035-1105  1105-1110  (中文簡譯) | 運動營養 | 肌肽補充對於從事訓練肥胖者是否有益  Does carnosine supplementation enhance the exercise-induced benefits in obesity-related metabolic disease? | Speaker: Dr. Jozef Ukropec  主持人：陳慶餘 教授 |
| 1110-1140  1140-1145  (中文簡譯) | 運動營養 | 改善體能與新陳代謝的運動處方  Exercise prescription for better health: improving fitness, metabolism, motor functions & cognition by regular exercise | Speaker: Dr. Barbara Ukropcova  主持人：李龍騰 院長 |
| 1145-1310 | 午休 | | |
| 1310-1340  1340-1345  (中文簡譯) | 運動營養 | 馬拉松比賽的營養策略  Nutritional Strategy for Marathon Race | Speaker: Dr. Brannen Harris  主持人：劉燦宏 主任 |
| 1345-1415  1415-1420  (中文簡譯) | 運動營養 | 女性跑者的運動營養策略  Fluid intake during endurance races for the general population and female runners | Speaker: Lim Chin Leong Fabian  主持人 : Dr. Ahmad Alkhatib |
| 1420-1500 | 綜合座談(中/英) | | Barbara Ukropcova、  Brennan Harris、  Jozef Ukropec、  Futoshi Ogita、  José González-Alonso、  Lim Chin Leong Fabian、  Weerawat Limroongreungrat  主持人 : 郭家驊 教授 |
| 1500-- | 閉幕典禮 | | |