

2026年《运动营养基础知识和基本技能培训班》课程表

日期	授课时间	授课题目	主讲老师
5.23 上午	8:30-10:00	运动营养概论	北京大学第三医院 常翠青 研究员
	10:10-11:40	运动人群能量代谢特点及需要	北京体育大学 邱俊强 教授
5.23 下午	13:30-14:30	运动人群碳水化合物的需要和膳食指导	北京体育大学 严翊 教授
	14:35-15:35	运动人群蛋白质的需要和膳食指导	北京体育大学 许春艳 副教授
	15:40-16:40	运动人群矿物质、维生素代谢及需要	北京大学第三医院 艾华 研究员
5.24 上午	8:30-9:30	运动人群脂肪代谢特点及需要	北京体育大学 严翊 教授
	9:35-10:35	运动人群的合理补液	北京体育大学 邱俊强 教授
	10:40-11:40	高血压患者的运动营养处方制定与实施	国家体育总局运动医学研究所 梁辰 主任医师
5.24 下午	13:30-14:30	肥胖患者的运动营养处方制定与实施	国家体育总局体育科学研究所 张漓 研究员
	14:35-15:35	运动人群的膳食与营养状态监测与评价	北京体育大学 许春艳 副教授
	15:40-16:40	糖尿病患者的运动营养处方制定与实施	北京体育大学 李雪梅 副教授

5.25 上午	8:30-9:30	运动营养科学配餐	北京体育大学 郭娴 副教授
	9:35-10:35	运动营养食品	国家体育总局运动医学研究所 赵之光 研究员
	10:40-11:40	骨质疏松患者的运动营养 处方制定与实施	上海师范大学 张钧 教授