

スポーツ医学センター公開講座

入場無料・予約不要

スポーツ医学センターは障害予防から競技復帰、パフォーマンス向上、レクリエーション活動までスポーツを続けられるためのサポート・環境づくりを行っています。当講座ではスポーツを続けるために知っておくべき内容を専門職がレクチャーします。お気軽にご参加ください。

「スポーツに役に立つ！カラダの取扱説明書」

- 日時：2019年1月26日（土）10時30分から11時30分
- 講師：リハビリテーション技術科 藤川千春・安原康平
- 会場：上尾中央総合病院 B館8階会議センター 会議室6・7

入院サポートセンター前のエレベーターで8階までお越してください。

以前の案内から時間と会場が変更しています。ご注意ください。

体を鍛えたい、もっとうまくなりたい、楽しみたいなどスポーツをやる目的は様々ですが、どの目的であっても必要なカラダの取り扱いは共通しています。目的や種目、年代に関わらず役に立つ、カラダの動かし方や機能についてお話します。

自分のカラダの動かし方について知ることで、ケガ無く楽しくスポーツを続けることができるとともに、競技のパフォーマンスも向上します。選手や実際にスポーツ・レクリエーションに従事している方はもちろん、保護者や指導者の方にも是非知っていただきたい内容となっています。

途中参加、退席して頂いても構いません。お誘いあわせの上、ご参加お待ちしております



窓口・お問い合わせ

上尾中央総合病院リハビリテーション技術科 武田

TEL：048-773-1111（内線2751）

メールでの
お問い合わせはこちら

ageo.sports@ach.or.jp



当センターではチームや団体・教育機関向けの教室や講習会、メディカルサポートなどを行っています。お気軽にお問い合わせください！