

スポーツ傷害予防に役立つからだ作り ～体幹・動的トレーニングの実際～

当院ではスポーツ専門医を中心にスポーツ傷害治療に力を入れています。体幹は基礎的運動の重要な要素で、スポーツ競技でも非常に大きな役割を果たしています。そこでこの度、傷害予防に役立つからだ作りとして大切な、体幹・動的トレーニングについての講習会を開催いたします。セルフチェック・セルフケアも交えて行いますので是非、ご参加下さい！

日時:令和1年7月27日(土)14:30～16:30 (受付開始14:00～)

会場:浜松市リハビリテーション病院 第1リハビリテーション室

対象:中学生以上・指導者・保護者

定員:40名

費用:無料

申込方法:総合受付までお尋ねください

※申込締め切り:令和1年7月23日(火)

その他:当日は動きやすい服装でお越しください

講師

浜松市リハビリテーション病院
スポーツ医学センター
スポーツ医学センター長 尾藤 晴彦
理学療法士 山下 徹
理学療法士 宮澤 啓太



お車で越しの際は当院の駐車場をご利用ください

ご不明な点がございましたら以下までご連絡ください

浜松市リハビリテーション病院

スポーツ医学センター事務局 小野田・前川

浜松市中区和合北1-6-1

Tel:053-471-8331 FAX:053-471-8302

(月～金 9:00-17:00)

