

祝1周年感謝祭 無料講演会

プロのスポーツトレーナーから身体のことを考えよう
～健康的な身体(関節・節々・運動)とは?～

1月26日(日) 第一部10:30～11:30

第二部12:30～13:30

受付期間

1月5日～1月25日

場所 当アカデミー3階

定員 定員各20名様

料金 **無料**



講師:アスレティックトレーナー 庄司 竜太郎さん
日本オリンピック委員会医科学スタッフとしてアイスホッケーのサポート

身体が本来もつ機能について解説(ジョイントバイジョイント)
崩れた時におこるケガやパフォーマンス低下について解説
セルフチェック(自分の身体がどうなっているのか)

**実際に身体を動かします。
動きやすい格好でバスタオルをご持参し参加くださいませ。**



お申込みはフロント、または
サービスエースにて承ります。

