

令和3年7月18日(日)13:00~16:50

会場 京都府スポーツセンター 大会議室(京都テルサ東館3階)
〒601-8047 京都市南区東九条下殿田町70

大人 700円
中・高校生 500円
当日納入してください。

のための

パフォーマンス向上

講義Ⅰ 『ストレッチの効果的な活用方法』

講師:武内 孝祐 氏 神戸国際大学 リハビリテーション学部 理学療法学科 助教

講義Ⅱ 『筋力トレーニングの基礎

～自体重や簡単な器具を用いて～ 』

講師:青木 達 氏 立命館大学 スポーツ強化オフィス ストレngth&コンディショニングコーチ

定員:100名(先着順) ※新型コロナウイルス感染症の影響により減員する可能性があります。
申込の締切や減員する場合は、本会ホームページでお知らせします。

申込方法(申込期間:令和3年6月7日(月)~7月9日(金))

電話、ファックス、ホームページのいずれかで、名前、連絡先をお伝えください。

お願い

- ・感染症対策として、会場では、マスクの着用・手指の消毒・検温・体調チェックシートの記入を義務づけます。
- ・当日までの14日間に発熱や風邪症状がある場合や、身近な知人や家族に感染が疑われる方がいる場合には、参加をご遠慮ください。

【ご予約・お問い合わせ】公益財団法人京都府スポーツ協会 スポーツ医・科学室

〒601-8047 京都市南区東九条下殿田町70(京都テルサ)

TEL:075-692-3456(平日のみ)

FAX:075-692-3458

ホームページ:<https://kyoto-sa.com/>

ご予約
お問い合わせQR→

