

スポーツ障害の 予防と 応急手当

～ストレッチとスポーツテーピングを学ぼう～

2019年6月27日(木)
午後7時 - 8時30分

バロー文化ホール
2階 大会議室
多治見市十九田町2丁目8

スポーツ指導者、保護者、興味のある方なら
どなたでも参加できます。



講師 良トレ代表 安藤 貴通 氏

中京大学体育学部を卒業後、スポーツクラブに就職し、トレーニングルームのチーフトレーナー、トレーナー育成研修を担当。良トレとして開業後は、中京大学硬式庭球部、愛知淑徳大学サッカー部のトレーナー、ヒューマンアカデミースポーツカレッジの非常勤講師、日本セーリング連盟オリンピック強化委員会協カトレーナー、プロアスリートのパーソナルトレーナーとして、ジュニアからマスターズスポーツ愛好者からプロスポーツ選手までの自信のあるからだづくりを全面的にサポートしている。

2019年度
指導者講習会

無料

スポーツ中の怪我やスポーツ障害の予防、悪化を阻止するためのウォーミングアップとストレッチ、クーリングダウン。

スポーツ中に怪我をした時の応急手当（RICE処置）、スポーツテーピングの巻き方を学びます。

問合せ・申込み
笠原体育館

☎43-6285

午前9時～午後9時

主催
多治見市