

# 特別公開講座

■平成29年1月29日(日) 小美玉市四季文化館(みの〜れ)風のホール

目的: いかなるスポーツにも障害はつきもので、試合や練習で発生したときは、誰もが速やかに処置が出来ることを望んでおり、肉離れ、足関節捻挫、手首の靭帯損傷などについては、応急処置としてテーピングを施すことにより障害を受けた部位の補強並びに予防など再発を防ぐ効果があります。

また、スポーツ外傷と障害の防止、特に筋、腱、靭帯については、スポーツを行う前のストレッチングが重要で、その効果は大きいものがあります。

よって、これらの正しい知識を習得してもらうことを目的に実施するものである。

講師: 株式会社BIGBEAR 代表取締役 大隈重信 氏

参加人数: 166名



**テーピング&ストレッチング  
特別公開講座**

**参加者募集** **参加費無料**

平成29年  
1月29日(日) 午前10時~  
【会場】  
小美玉市四季文化館(みの〜れ)  
〒319-0132 小美玉市部屋1069  
TEL 0299-48-4466

対象者: 中学校・高校の体育指導者及び  
スポーツクラブの指導者  
中学生・高校生の保護者  
大学生及び一般希望者  
募集人数: 先着200名  
募集期間: 平成28年12月15日~平成29年1月16日まで

【タイムスケジュール】  
■受付 9:30~  
■開会 10:00~  
■講演及び実技 (公認アスレティックトレーナー) 10:10~  
■質疑応答 11:50~  
■閉会 12:00

参加希望の方は事前申込が必要です。  
「郵便番号」「住所」「氏名」「電話番号」「職業」を  
明記の上、FAXまたはメールにて公益社団法人  
茨城県柔道整復師会までお申し込みください。  
メール shiraume08@ibaraki.email.ne.jp  
〒310-0804 水戸市白梅二丁目2番39号  
TEL 029-247-8111 FAX 029-247-8126  
ホームページ <http://www.shadan-ibaraki.or.jp>

主催: 公益社団法人 茨城県柔道整復師会  
後援: 茨城県教育委員会・公益財団法人 茨城県体育協会

FAX用参加申込      メール用参加申込

