

スポーツ関係者のための研修会(第2回)

少年野球における肩、肘関節の障害予防について

～野球選手の必要な身体の動きと負担の少ない投げ方について～

今の投げ方で果たしていいのだろうか？もう少し、フォームを良くしたいんだけど・・・？
肩、肘への負担の少ない投げ方って・・・？どんなことを普段、気をつければいいのだろうか？
怪我の予防のための、トレーニングやストレッチは？どのくらいすればいいのだろうか？
……運動の専門家が、このような疑問にお答えします！！……

日時：2016年1月31日(日) 9:00～12:00(受付8:30～)

会場：埼玉医科大学かわごえクリニック 6F大講堂

講師：名塚 健史(埼玉医科大学かわごえクリニック 理学療法士)

埼玉県高校野球メディカルサポート責任者

NSCA認定ストレングス&コンディショニングスペシャリスト

埼玉県体育協会スポーツ科学委員会

医学専門部会登録トレーナー

参加費：**無料**

対象：野球をしている小学生とその保護者、チームの監督・コーチ

参加人数：50名(先着順)

申込先：nattsugissiri@yahoo.co.jp (担当 名塚健史)

メール文頭を「スポーツ関係者のための研修会」としてください。

①氏名 ②学年(年齢) ③ポジション ④野球歴 ⑤チーム名

⑥メールアドレス をご記載下さい。

締切：平成28年1月15日(金) ※定員になり次第締め切らせていただきます

※参加の可否を返信致しますので、受信拒否設定の解除をお願い致します。

原則、メールにてお申し込みをお願いいたします。

会場への直接のお問い合わせは御遠慮下さい。



公益社団法人 埼玉県理学療法士会
事業局スポーツリハビリテーション推進部 主催