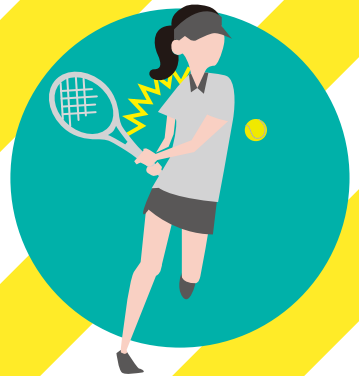


体
験
型

中高生のための

部活で役立つ トレーニング術

からだ
身体を知って強くなる！



部活動に励んでいる中高生のみなさん。なかなか練習の成果が出なかったり、身体を痛めていたりしませんか？今回は、科学的なデータに基づくトレーニング法や、身体の使い過ぎによる「スポーツ障害」の予防法を伝授します。実際にスポーツ選手も使っているマシンを体験できるチャンスです。スポーツ経験豊富な理学療法士と一緒に身体を動かしてみましよう。選手はもちろんマネージャーの参加も大歓迎！

2016.7.30 SAT

時間/10:00~11:30 (開場 9:30)

場所/東北大学病院 東病棟17F リハビリテーション室(仙台市青葉区星陵町1-1)

出演 東北大学病院 リハビリテーション部 理学療法士



技師長 佐藤 房郎
テニス経験者



馬場 健太郎
ラグビー経験者



石川 博明
野球経験者



新國 悦弘
陸上経験者



高橋 晋平
野球経験者

体験 ストレッチ・筋力トレーニング・バランストレーニングなど

申し込み

事前のお申し込みが必要です。
受け付け完了後、ご連絡いたします。詳しくは裏面をご覧ください。

応募締切

2016年7月22日(金)

参加費

無料(ドリンク付き)

参加者

中学生・高校生(定員30名)
定員数になり次第、申し込みを締め切らせていただきます。ご了承ください。

体験型 中高生のための

部活で役立つ トレーニング術

からだ
～身体を知って強くなる!～

交通アクセス

- 市営地下鉄南北線「北四番丁」駅 北2出口より八幡町方面へ徒歩約10分
 - 「交通局東北大学病院前」バス停留所より徒歩約5分
- ※駐車場のご用意はありませんので、公共の交通機関をご利用ください。



申し込み方法

フォームから

下記にアクセスし、申し込みフォームから必要事項をご入力
のうえお送りください。

<https://secure.hosp.tohoku.ac.jp/pr/karada08/>



Eメールで

参加者情報(下記参加申し込み書を参照ください)をご記入のうえ、
下記までお送りください。

karada@pr.hosp.tohoku.ac.jp

FAXで

下記の参加申し込み書に必要事項をご記入のうえ、下記までお送りください。

022-717-8931

お問い合わせ

東北大学病院広報室「からだの教室」担当

TEL : 022-717-7149 FAX : 022-717-8931 E-mail : karada@pr.hosp.tohoku.ac.jp

参加申し込み書

お申し込みは1回につき1名様となります。
複数でご参加の場合は、それぞれお申し込みください。

応募締め切り: 2016年7月22日(金) 必着

(ふりがな)
申込者氏名

学校名

学年 年生 部活動名

電話番号 () -

住所(任意)

E-mail @

このイベントをどこで知りましたか?

1. 学校
2. 文化・スポーツ施設 ()
3. 東北大学病院内
4. Webサイト ()
5. Facebook
6. お店 ()
7. 友人・知人の紹介
8. 新聞・雑誌など
9. その他

質問

お願い 当日は運動しやすい服装(ジャージなど)・靴でお越しください。

※個人情報、東北大学病院「からだの教室」に関するご案内をお送りする場合のみ利用させていただきます。それ以外の目的では一切使用いたしません。
※携帯電話の場合、karada@pr.hosp.tohoku.ac.jpからのメールが受信できるよう、あらかじめドメイン拒否指定の解除をお願いいたします。