

# 小田原市体育協会主催 スポーツ医科学講習会 参加者大募集!

スポーツを  
する人!みる人!支える人!

**必見!**

**!!**

## ★ 内容 『ストレッチ』

- ◆ケガ予防
- ◆疲労回復
- ◆心身の老化予防 etc
- ◆肩こり腰痛改善
- ◆基礎代謝上昇

★ 日時 令和2年1月22日(水) 午後6時30分～8時

★ 会場 小田原アリーナ 研修室・メインアリーナ  
(研修室で座学後、メインアリーナにて実践を行います)

★ 講師 菅 和己 氏

- ・NATA・BOC (全米アスレティックトレーナーズ協会)  
公認アスレティックトレーナー
- ・運動科学学士

★ 定員 50名程度 (先着順)

※どなたでもご参加いただけます。

指導者や先生だけでなく一般の方もぜひご参加ください。

★ 受講料 無 料

★ その他

- ① 筆記用具・室内ばきをご持参ください。
- ② 体を動かすのに適切な服装でお越しください。
- ③ 体育館は寒いことが予想されるため、暖かい上着等をお持ちください。



## < 申込み >

12月23日(月)8時30分～1月20日(月)中に、小田原市体育協会ホームページ、  
またはお電話でお申し込みください。

ホームページ URL <http://www.odawara-taikyo.or.jp>

(公財)小田原市体育協会事務局 0465-38-3310(平日9時～17時)

公益財団法人小田原市体育協会 主催

