

主催：(公財)浜松市スポーツ協会

共催：浜松市

協力：(一社)浜松市医師会

無料

スポーツ健康相談講演会

上肢(肩・首・肘)スポーツ障害

運動中にケガをしやすい、肩・首・肘などのストレッチやケガの予防法を、
実技を交えてわかりやすく解説します。

疑問や不安を専門のスポーツドクターに聞ける数少ないチャンスです！

日時：令和4年11月19日(土) 15:00~16:30

会場：浜北体育館(浜松市浜北区西美園29)

定員：30名(申込み順)

持ち物：筆記用具 動きやすい服装(室内履き不要) ヨガマット(あれば)

ヨガマット
貸し出しあります

※ 実技を行います 運動のできる服装でご参加ください

申込み：9月21日(水)から窓口・電話・メールで、浜松アリーナへ

お申し込みください。必要事項：名前、区名、電話番号

◆コロナ感染拡大などの状況により延期または中止となる場合があります。

何とぞご理解のほどお願いいたします。

【講師紹介】

かとう たかし
加藤 隆先生 加藤整形外科医院

☆取得資格☆

- ・日本スポーツ協会公認スポーツドクター
- ・日本障がい者スポーツ協会公認スポーツドクター
- ・日本医師会認定健康スポーツ医
- ・日本医師会認定産業医



空手道大会の
大会ドクターを務める
少林寺拳法五段の
武道家 Dr.です

浜松アリーナ

〒435-0016 浜松市東区和田町808番地の1

TEL: 461-1111/FAX: 461-1115

MAIL: arena@hamamatsu-sports.or.jp