

日本転倒予防学会第12回学術集会

市民公開講座

参加
無料

レスリングと 転ばない体づくり

2025年10月4日(土)

10時40分～11時40分

(10時開場)

《会場》

高崎健康福祉大学3号館101講義室

高崎市中大類町37-1



講 師

やながわよしまろ

柳川美磨先生

Yoshimaro Yanagawa

育英大学 副学長

教育学部スポーツ教育専攻 教授

今回の市民公開講座では、「レスリングと転ばない体づくり」をテーマにオリンピック選手を育てた経験をもとに、転倒予防に役立つ体の使い方や、筋力トレーニングをわかりやすくご紹介します。年齢を問わず実践できる内容ですので、ぜひご参加ください。

事前申し込み不要
お問い合わせ

Jsfp2025-office@umin.ac.jp



日本転倒予防学会 第12回学術集会公式ホームページ

