

順大オリジナルウォーキングで 今日からできるロコモ対策



日時 平成28年1月23日(土) 10:00~11:00

場所 順天堂大学さくらキャンパス (最寄り駅 京成酒々井駅 徒歩25分)

Aコース (初心者向け・60分)

正しいウォーキング法を学ぶ初心者の方のためのコースです

講師

町田修一 准教授

北田友治 研究員 (スポーツ健康科学研究科)

Bコース (中級者向け・60分)

既にウォーキングを行っている方のために筋力アップに効果的なウォーキング法を指導いたします

講師

石原美彦 研究員 (スポーツ健康医科学研究所)

中瀧崇 助手 (スポーツ健康科学部)

定員

Aコース 30名、Bコース 50名 (両コースとも参加費無料)

(事前申込・平成27年12月20日〆切・希望者多数の場合は抽選)

会場

順天堂大学さくらキャンパス内ラグビー場

(雨天時はロコモ対策に関する講義を実施いたします)

【申込方法】 FAXもしくはハガキで必要事項を記入して、順天堂大学さくらキャンパス社会連携推進室 宛にお申し込み下さい。後日、案内状を郵送します。

FAX : 0476-98-1011

郵送先 : 〒270-1695 千葉県印西市平賀学園台1-1

※必要事項: 希望コース(AまたはB)、お名前(ふりがな)、年齢、性別、ご住所、電話番号、当日の交通手段(車・徒歩・バスなど)を必ずご記入してください。

【担当】 町田修一 (順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究科・先任准教授)

内藤久士 (順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究科科長・教授)

【問合せ先】 運動生理学研究室 関谷、中瀧、尾崎

☎0476-98-1001 (代表) 内線 312 時間 : 10時~16時 (月・水・木)