

腰痛さようなら 体操教室



令和7年 **1月26日** ① 10:00~12:00

会場 日本体育大学 横浜・健志台キャンパス
神奈川県横浜市青葉区鴨志田町1221-1

対象 一般・ 本学教職員および本学学生

定員 20名

受講料 1,000円
(本学教職員・本学学生は無料)

申込期間 12月11日(水)9:00から1月16日(木)まで 定員に達し次第、締切



申込はこちら

プログラム(予定)

講義・セルフチェック
ストレッチ
体操



日本体育大学
スポーツセンター院長
保健医療学部教授

伊藤 譲

柔道整復師

武井 佑太	大石 有希子
祁答院 隼人	光宗 あかり
増田 大聖	中野 花菜
杉澤 舜	岸井 紅葉
富岡 健人	

主催／日本体育大学社会貢献推進機構 後援／横浜市にぎわいスポーツ文化局、横浜市スポーツ協会

お問い合わせ 日本体育大学社会貢献推進機構 スポーツプロモーション・オフィス

本学ホームページURL <https://www.nittai.ac.jp/> Eメール shakaikouken@nittai.ac.jp

【東京・世田谷キャンパス】 東京都世田谷区深沢7-1-1 ☎ 03-5706-0911

【横浜・健志台キャンパス】 横浜市青葉区鴨志田町1221-1 ☎ 045-507-1263

事務取扱時間 8:30~17:00
平日のみ 祝祭日を除く



公開講座ページ