

膝痛 さようなら 体操教室



膝がなんとなく
重だるい方から膝の痛み
のためにスポーツが思いきり
できない方まで是非ご参加下さい

日常生活やスポーツ活動で
膝の痛みから解放されませんか

膝痛の改善を目的とした
ご自宅でも出来る体操を
一緒に行いましょう

6月22日 日 10:00 ~ 12:00

会場 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

定員 30名

受講料 1,000円

申込期間 5月12日(月)9:00から6月11日(水)まで
定員に達し次第、締切

講義
ストレッチ
体操
整理体操



スポーツキウアセンター院長
保健医療学部教授
伊藤 譲



申込フォーム

柔道整復師

武井 佑太 中野 花菜
祁答院 隼人 岸井 紅葉
増田 大聖 菊田 梨央
杉澤 舜

主催／日本体育大学社会連携センター 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 日本体育大学社会連携センター事務局 shakaikouken@nittai.ac.jp

公開講座ホームページ https://www.nittai.ac.jp/about/approach/kokai_koza.html

[東京・世田谷キャンパス] 東京都世田谷区深沢7-1-1 TEL 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 TEL 045-507-1263

事務取扱時間 8:30~17:00
平日のみ 祝祭日を除く

