

露橋スポーツセンター

腰痛予防改善講座



この講座では、多くの方が悩みを持っている「腰痛」にスポットをあて、腰痛の種類やメカニズム、予防・改善の講義と実技を行います。

腰痛の悩みがある方、腰痛が原因で運動をためらっている方々にお勧めできる内容です。

皆さまのご参加をお待ちしています！

日 時：平成28年10月20日・27日（木）

午前10時30分～11時30分

会 場：露橋スポーツセンター 中会議室・柔道場

講 師：20日 びわじま整形外科 院長 井戸田 仁 先生

27日 露橋スポーツセンター職員

参加料：2日間で750円（主催者により災害補償制度に加入します）

定 員：15名（先着順）

持ち物 20日は筆記用具、27日は運動できる服装、飲み物等。

申込方法：露橋スポーツセンター事務所窓口に直接、または電話にてお申し込みください。

その他：20日は中会議室で講義を行い、27日は柔道場で実技を行います。

～お問い合わせ～

〒454-0022 名古屋市中川区露橋二丁目14番1号

名古屋市露橋スポーツセンター TEL 052-362-4411 FAX 052-362-4431



指定管理者：（公財）名古屋市教育スポーツ協会 NESPA