

ゴルフを通じての身体作り

～大好きなゴルフで体を痛めないために～

ゴルフの練習やラウンド中、あるいはその後に身体の痛みや違和感などを感じたことはありませんか？

その痛みの原因はスイング動作にあるかもしれません！

理学療法士の視点からゴルフスイングを分析し、身体への負担が少ない効率的なスイング理論と障がいを予防するためのエクササイズを提供致します。

日時 平成28年1月24日(日曜日)

13時～14時(受付12時半～)

場所 西奈良中央病院 2階会議室

対象 ゴルフをされている、ご興味のある方
自身の健康や予防に関心のある方
医師からの運動制限を受けていない方

定員 25名

実際に体を動かすため、
当日は動きやすい服装でお越し下さい

担当 理学療法士 千綾 謙太

参加費 無料

お申込み
お問い合わせ

西奈良中央病院
リハビリテーション科
(月～土曜日、13時～17時まで)
TEL:0742-43-3333(代)