

理学療法士と一緒に楽しく歩こう



# けんぶん 江津湖 ウォーキング!

参加費  
500円

(定員先着20名様)

- 理学療法的なアドバイス
- 健康や身体についてお悩み相談

<持ち物>

飲み物、歩きやすい  
服装、履きなれた靴

最近身体が重い  
ひざが痛い  
運動不足



【川口貴晴 プロフィール】

○資格：理学療法士、障がい者スポーツ中級指導員、NASM-PES（全米スポーツ医学協会公認パフォーマンス向上スペシャリスト）

○経歴：理学療法士として、総合病院や整形外科クリニックで10年の臨床経験あり。

現在、熊本市総合体育館・青年会館で60歳以上対象の教室（教室名：いきいきフィットネス）、連携医療機関から紹介された方を対象として教室（教室名：機能改善リハビリ教室）を実施している。

院外活動：2016年～2018年に全国障がい者スポーツ大会陸上競技熊本県選手団にコンディショニングトレーナーとして帯同。

日程

3月14日（日）  
\* 小雨決行・荒天中止

時間

9時～11時

場所

熊本市下江津湖広木公園  
(水前寺江津湖ノルディックウォーキング3.8kmコース)

講師

川口貴晴（理学療法士）

お申込み・お問い合わせ

熊本市健軍文化ホール

TEL 096-368-1221

URL <http://kengunbunka.jp//>