

理学療法士と一緒に楽しく歩こう

けんぶん 江津湖



参加費 500円

(定員先着30名様)

*当日徴収

ウォーク&ミュージック!

ウォーキング後、アコーディオンによるミニコンサートもあります。

<持ち物>

飲み物、歩きやすい服装、履きなれた靴、帽子

- 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

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

11月28日（日）
* 小雨決行・荒天中止

時間

9時～11時（8:30～受付）

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）

申込方法 * 11/13(土)9時～電話申込受付開始



アコーディオン：市原 朋奈

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//>