

ス ポ ー ツ 健 康 相 談 講 演 会

スポーツによる膝痛の コンディショニング方法

スポーツ障害、ランニング障害といった運動中におこる膝痛について、
改善・予防のコンディショニング方法を実技も交え学びましょう！

2025 / 9月 13日 土

【時 間】 15:00~16:30

【会 場】 浜松アリーナ スタジオ

【定 員】 30名（申込み順）

【持ち物】 筆記用具、室内シューズ、運動のできる服装

【申込み】 7月28日（月）9時より窓口・電話で、浜松アリーナへ
お申し込みください。

【必要事項】 氏名、住所、電話番号、性別

【講師紹介】

松本武士 先生

浜松市リハビリテーション病院
スポーツ医学センター

◎理学療法士 ◎（公財）日本スポーツ協会公認アスレチックトレーナー
浜松市リハビリテーション病院の理学療法士として全力でサ
ポートされています。
ケガからできるだけ早く復帰することはもちろん、カラダ作り
についても積極的に取り組まれています。



日頃の膝痛などの悩みを
スポーツで緩和・軽減していきませんか？
パフォーマンス向上のために、自分の身体と
向き合ってコンディション維持・改善
を図っていきましょう。



無 料