

開催概要

【講習会名】

運動指導の科学と実践 ～栄養・姿勢・機能解剖～

【開催目的】

本講習会は、健康運動指導士および健康運動実践指導者の登録更新に必要な知識・技術の習得を目的として開催する。栄養、腰痛予防・姿勢改善、機能解剖およびバイオメカニクスに関する最新の知見を学び、地域における健康づくりと運動指導の質の向上を図る。

【開催日時】

令和7年12月7日(日) 13時00分～16時30分

【会場】

平和堂 HATO スタジアム 会議室

〒522-0002 滋賀県彦根市松原町3028

【主催】

公益財団法人 滋賀県スポーツ協会

【主管】

ラグスタ株式会社

【対象】

健康運動指導士、健康運動実践指導者、医療従事者、スポーツ指導者 等

【受講料】

5,500円(税込)

【プログラム】

① 13:00～13:10

開会・諸説明

② 13:15～14:15

「栄養素の基礎知識と運動指導への応用」

講師：渡部 晴（管理栄養士／立命館大学大学院）

③ 14:20～15:20

「腰痛予防・姿勢改善のための運動実技」

講師：奥野 嵩基（健康運動指導士／ラグスタ株式会社）

④ 15:25～16:25

「機能解剖とバイオメカニクス」

講師：榎藤 康仁（理学療法士／たいち整形外科リハビリテーションクリニック）

⑤ 16:25～16:30

閉会

【問い合わせ先】

公益財団法人滋賀県スポーツ協会

077-521-8001