

スポーツ安全講習会

テーピング講習会

運動中の怪我に対応できるように！
怪我なく運動するために！
早く運動に復帰できるように！
テーピングを勉強しておこう☆☆



9月20日(土)
15:15~16:45

場所 神戸市立東灘体育館 1階「体育室」

対象 一般男女

定員 20名

指導員 体育館スタッフ

内容 基本的なテーピングの使い方についての講義と、
足首固定（骨折・ねんざ予防）の実技を行います。

服装 テーピングの実技があります。動きやすく、
足首にテーピングが巻ける服装でお越しください。

申込期間 8月20日(水)～定員になり次第受付け終了

申込 直接窓口、またはお電話でのお申込み

参加費
無料

お問い合わせ・お申し込み
〒658-0025
神戸市東灘区魚崎南町 6-5-11
TEL 078-452-9279
FAX 078-452-9280
東灘体育館

