

自分の体の使い方を知ろう！

～走力・体力アップのヒント～

聖隷クリストファー大学理学療法学科の学生の皆さんによる、走力や柔軟性などの体力測定や運動を通して体の仕組みについて学習し、科学的に走力・体力UPを図ります。

日 時 11月25日（土）18：00～19：30

場 所 三ヶ日東小学校体育館

講 師 聖隷クリストファー大学 根地嶋誠准教授
理学療法学科1年

定 員 約20人

対 象 小学3年～6年

持ち物 体育館シューズ、飲み物など



■主催／浜松市・聖隷クリストファー大学

■開催日時または学習内容が、変更・中止になる場合がございます。

■お問合せ 三ヶ日協働センター講座等開催事業受託 まちづくり協議会

TEL 524-1512 FAX 524-1519