

PRESS RELEASE

スキーカスタムフェア特別企画 「オフシーズンこそ、みっちりフィジカルトレーニング」を開催

2016年6月30日
社会医療法人財団 慈泉会

社会医療法人財団 慈泉会 相澤病院では、スポーツ愛好者が長期的なケガなどに悩まされることなく、楽しんでスポーツを続けられるようにと、プレーヤーやその指導者に向けて、スポーツ障害予防の概念と身体ケアなどを知っていただくイベントを開催しております。

今回は、石井スポーツが主催するイベント「スキーカスタムフェア」の会場で、当院スポーツ障害予防治療センターの理学療法士が「スキーヤーがオフシーズンにやるべきフィジカルトレーニング」について指導いたします。

記

名 称：2016-17 スキーカスタムフェア松本・長野会場特別企画
「オフシーズンこそ、みっちりフィジカルトレーニング」

日 時：7月2日（土）・3日（日）11:00～12:30

会 場：安曇野スイス村サンモリッツ（安曇野市豊科南穂高 3800-1）

講 師：相澤病院 スポーツ障害予防治療センター

アスレティックトレーナー・理学療法士 児玉雄二

内 容：体軸とパワーポジションに必要なストレッチとトレーニング

- ・効率的な荷重、雪面への荷重コントロール
- ・スキー操作の幅を広げるトレーニング
- ・体幹-骨盤の連動性、体幹-股関節の使い方
- ・簡単！バランスチェック

参加費：無料

申込み：不要

お問い合わせ：ICI 石井スポーツ 松本店 Tel.0263-36-3039 長野店 Tel.026-229-7739

講師

児玉 雄二
こだま・ゆうじ

相澤病院
スポーツ障害予防治療センター所属
アスレティックトレーナー
理学療法士

成長期から中高年のスポーツ障害の
予防と治療、各種高校運動部活動での
コンディショニングやトレーニング
指導、県内ジュニアスキー選手の
コンディショニング指導など幅広い
スポーツシーンで活躍中！



以上

< 相澤病院 スポーツ障害予防治療センター >

成長期のスポーツ選手を主体に、専門性の高い医師による診断と原因の検索、それに基づく理学療法士やトレーナーによるリハビリテーションを中心とした治療を提供。痛みや身体的な問題がなく、障害予防やパフォーマンス向上を目的としている方のために、保険外のサポートシステムとして「メディカルチェック」や「運動器ドック」も展開している。

スタッフは常勤医師 3 名、理学療法士 12 名（うち 3 名がアスレティックトレーナー）。他に、上級トレーニング指導者や科学的研究員などが在籍。

< このリリース・取材に関するお問い合わせ >
社会医療法人財団 慈泉会 広報企画室 担当：寺澤
Tel.0263-33-8600 Fax.0263-32-6763