



ウォーキング教室

ウォーキング療法士による
疲れにくい体の使い方 

日時 (全4回コース)

1月15日(月) 29日(月)

2月 5日(月) 19日(月)

13:30~14:30

参加費

全4回コース 1,000円
定員30名

場所

はびきのコロセアム
サブアリーナ

講師

西川 智哉

理学療法士/
ウォーキング療法士

辰巳 博俊

理学療法士/
健康管理士

大井 勇

理学療法士/
健康運動指導士

セミナー
内容

現在のあなたの歩き方を分析

▶各個人に分析シートをお渡しします

ウォーキングの指導

▶分析結果をもとに歩き方のコツをお伝えします

①負傷等の事故があった場合、応急処置は行いますがその後の責任は負いかねます。

②参加される方は、身体に異常が無い事の確認をお願いします。

申し込み : はびきのコロセアム

申し込み方法 : 窓口での受付のみ

持ち物 : 動きやすい服装・上靴・飲み物・着替え

※マスクの着用は任意です

072-937-3123

