

平成 20 年 12 月 21 日(日)

兵庫県立尼崎北高等学校 野球部へ行ってきました。

講演会のテーマ

「筋肉に心がある」について



講習会では、熱心に冬のトレーニングを行っているのに効果が上がらなかつたりして困っている野球部員さんに、腰、肩、肘などの障害についてお話をしてどのように取り組めばよいのかを、理解していただきました。

講演後に副キャプテンの八木君に感想をお聞きしたところ、金井先生のお話を聞いて  
12月27日からの練習も野球部みんなチーム一丸となって取り組むことができます。  
うれしい感想をいただきました。



皆さんも講習会にどんどん参加し、いろいろな運動療法をマスターして運動を続けていくことによって、自分の身体を健康にしていきましょう。

武庫川接骨院院長