

平成23年 2月12日(土)

『第2回ベースボール講習会』



冬の走り込みでシンスプリントや腰痛などに悩まれている野球部員の方にシンスプリントの障害予防の講習会を行いました。



県立芦屋高校、県立川西緑台高校、尼崎小田高校の野球部の方に参加いただき、合計47名の内、**全員が良く理解できた**とお答えいただき、**90%以上**の参加者がとても効果のある運動療法と評価していただきました。

