

2020 東京オリンピック・パラリンピックプロジェクト

『自分の体や日常を再点検してみよう』

「2020 東京オリンピック・パラリンピックプロジェクト」の講座がスタートします。
この講座は、スポーツを身近に感じていただくためのものです。是非ご参加ください。



参加無料

申込不要

第1回講座

- < 日 時 > 平成 27 年 1 月 24 日 (土) 13:00~14:30
- < 場 所 > 東京女子体育大学・東京女子体育短期大学 4号館 4301 教室
- < 講座内容 > トレーニングについて
(ディスカッションを通して日頃のトレーニングを見直してみよう)
- < 講 師 > 烏賀陽信央講師 (本学教員)



★ 今後の講座開催について (平成 26 年度) ★

第2回講座

- < 日 時 > 平成 27 年 2 月 7 日 (土) 13:00~14:30
- < 場 所 > 東京女子体育大学・東京女子体育短期大学 4号館 4301 教室
- < 講座内容 > コンディショニングについて (体調の調整法やテーピングを使用しない身体づくり)
- < 講 師 > 覚張秀樹教授 (本学教員)

第3回講座

- < 日 時 > 平成 27 年 3 月 14 日 (土) 13:00~14:30
- < 場 所 > 東京女子体育大学・東京女子体育短期大学 4号館 4301 教室
- < 講座内容 > 食事について (正しく食べて、美味しく食べよう)
- < 講 師 > 筒井孝子准教授 (本学教員)

主催：東京女子体育大学・東京女子体育短期大学

お問い合わせ先：東京女子体育大学・東京女子体育短期大学
2020 東京リハビリテーション・パラリハビリテーション 外事務局

〒186-8668 東京都国立市富士見台四丁目 30 番地の 1

TEL.042-572-4131 (代) FAX.042-576-2397

<http://www.twcpe.ac.jp>

