

横浜市スポーツ医科学センターの理学療法士が、 横浜マラソンランナーの皆さんをサポートします！

横浜市スポーツ医科学センター（センター長 青木治人）は、11月10日（日）に開催される「横浜マラソン 2019」の参加者を対象に、フルマラソンのフィニッシュエリアとなるパシフィコ横浜展示ホールにおいて、理学療法士による「スポーツ障害予防コーナー」を開設します。

同コーナーでは、リハビリテーション科に所属する理学療法士によるランニングフォームのチェックや、障害予防のためのストレッチ、からだのほぐし方などについて器具や資料を交えてわかりやすくアドバイスいたします。

当日は、(公社)神奈川県理学療法士会の理学療法士や桐蔭横浜大学の皆さんにもご協力いただき、より多くのランナーの皆さんからのご相談に応え、サポートできるよう準備を整えてお待ちしております。

■開設日時：11月10日（日）11:00～15:00頃まで

■場 所：パシフィコ横浜展示ホール1階

■費 用：無料

※ご予約の必要はありません。直接会場内の「スポーツ障害予防コーナー」へお越しください。



コーナー全景



理学療法士によるからだのチェック



桐蔭横浜大学学生による運動指導



スタッフ一同お待ちしております。

(2018年度の様子)

お問い合わせ先

公益財団法人横浜市体育協会 横浜市スポーツ医科学センター

企画運営課長 小倉孝一

Tel 045(477)5050