

# 第3回 愛宕山スポーツセミナー

## 「成長期のスポーツ障害」 -予防と再発防止のために-

### プログラム

- |   |               |
|---|---------------|
| 1. 成長期の身体特性とスポーツ障害                            | 舟崎裕記          |
| 2. 競技別にみた成長期のスポーツ障害                           | 岩間 徹          |
| 3. 障害から復帰に向けたリハビリテーション<br>-ストレッチ、トレーニングの実践方法- | 石井美紀<br>川井謙太郎 |

### ゲストトーク

障害、怪我の克服 -私の経験から-

元 西武ライオンズ  
高木大成

平成23年1月22日(土) 17時

慈恵医大 5階講堂(U1棟)

一般の方でも参加できます。皆様、お誘い合わせの上、ご参加下さい。  
参加費:無料

主催:慈恵医大スポーツ・ウェルネスクリニック

<http://www.jikeiseikei.com/>