

美立健康協会主催 「美しく・上手なからだの使い方セミナー」 at 菅平高原 2012年10月20日(土)～10月21日(日)

渡會公治先生の指導のもと、菅平の大自然で開催する美立健康協会のイベントです。
バランスと筋力を高める「スクワット」、関節の配列や可動域を柔軟に広める「ストレッチ」、身体全体で動き、柔らかい動きができる背骨を取り戻す「背骨ほぐし」、を覚え、より美しく「立ち」「歩く」ためのトレーニングを行います。

協会設立後3回目の開催となる今回は、菅平高原のウォーキングや「運動の巧みさと上達」に関して研究をされている東京大学大学院准教授・工藤和俊先生による講義など、「菅平ならではの」メニュー盛りだくさんです。

秋の菅平を堪能しつつ「美しく・上手な」からだの使い方を覚える菅平イベント、ぜひご参加ください！

【当協会代表理事・渡會公治プロフィール】

帝京平成大学健康メディカル学部理学療法学科教授。

ロサンゼルス・オリンピックのチームドクターなど、現場の体験を活かし、1988年より東京大学大学院総合文化研究科生命環境科学系身体運動研究室准教授として研究活動に注力すると共に、東大生にスポーツ医学の講義ならびに実技を行う。

研究テーマである「上手なからだの使い方」を探求することで、スポーツ障害の有効な治療方法ならびに予防手段を確立して、一流アスリートの競技力の向上に寄与した。

日本臨床スポーツ医学会理事、日本整形外科スポーツ医学会評議員、日本重量挙げ協会科学部委員、ロコモティブシンドローム研究会委員等々、多くの公職についている。



【工藤和俊先生プロフィール】

東京大学大学院総合文化研究科博士課程修了。学術博士。

専門は、身体運動科学・スポーツ科学。

アスリート、ダンサー、音楽演奏家など一流パフォーマンスの背後にある高度な運動制御の仕組みや運動上達の過程を、脳活動、筋活動などの生体情報解析、動作解析、数理モデルなどによって明らかにする研究を進めている。



料金	1泊2日3食付き(初日の夕食、2日目の朝食と昼食)25,000円 ※個室ご希望の方は5,000円割増しにて申し受けます。
場所	菅平高原プチ・ホテル「ゾンタック」 長野県上田市菅平高原1223-3930 上信越道上田菅平IC・須坂長野東ICから約25分 ※JR・新幹線「上田」駅より送迎バスあり
お申込み・お問い合わせ	当協会ホームページにてお申込みいただくか、担当：飯塚(090-4926-1210)にご連絡ください。

詳しくは・・・

美立健康協会

検索



一般社団法人

美立健康協会