



特定非営利活動法人

健康ラボステーション

無料健康セミナーのお知らせ

■健康ラボステーション＜理念＞

- ・私たちは治療中心の医療から疾病予防を重視する健康づくりの発信拠点になることを目指します。
- ・私たちは皆様とともに、楽しみながらの健康づくりを目指します。

セミナーと
実践

「あなたの歩行バランス チェックします」 ～歩行指導と土踏まず力測定～

【日時】 9月15日(日) 13:00～14:00

【場所】 スタジオB (定員30名)

【講師】 市橋クリニック 院長 市橋 研一

☆主な内容:故障の少ない歩き方、「なんば歩行」の実践指導

※14:00～16:00に、ご希望の方に別途、測定と指導も実施！

※同日10:00～17:00に立位静止バランス測定も随時開催！

～市橋先生プロフィール～

- ・阪神「深江」駅近くで「市橋クリニック」を開業
- ・1日の外来数が300人を越える整形外科の院長の立場でありながら、自ら患者一人一人の歩行分析も行っています。



セミナーと
実践

「巻くだけで歩く・走るが楽になる！ ～自分で出来るプロのテーピング指導～」

【日時】 9月16日(祝) 13:00～15:00

【場所】 スタジオA (定員30名)

【講師】 ピップ株式会社 スポーツケアチーフアドバイザー 横部 弘

☆主な内容:正しい姿勢と歩き方・テーピングの実践、アドバイス

※シューズ持参で、歩き方の癖などアドバイスもできます！

～横部 講師プロフィール～

- ・ピップ(株) テーピングマイスター、スポーツケアチーフアドバイザー
- ・北海道から沖縄まで日本全国で「テーピング行脚」を展開。マラソンでのテーピング活動、講習会の他、大学や高校などの講師としても活躍中。



※各セミナーは事前に1階レセプションにてお申込みが必要です。