

生涯スポーツ講習会

12月17日(日)14:00~16:00

<講師> 高橋 佳三 氏 (びわこ成蹊スポーツ大学 教授)

<活動内容>

私は日本で古来行われていた「古武術」の動きのスポーツへの応用を研究しています。そのなかで、スポーツだけでなく日常生活にも応用できるような動きがあることが分かってきました。本講座では、肩甲骨、股関節、体幹を動かすことを通して、「日常生活や日頃のスポーツ活動に役立つ姿勢や動き」をお伝えします。皆様に少しでもお役に立つ内容を、楽しく分かりやすくご提供できればと思います。

<開催日時> 平成29年12月17日(日)14:00~16:00

<参加対象> 18歳以上の方

<参加料> 1,000円

<申込方法> 次のいずれかの方法により申し込んでください。

- 直接来館していただき、2階事務室受付にて申し込み用紙をご記入下さい。
- お電話にて、住所、氏名、年齢、電話番号をお伝えください。

<申込先> 〒603-8334 京都市北区大將軍鷹司町

島津アリーナ京都

TEL (075)462-9191

なお、申込み受付は、平成29年11月12日(日)から行い、定員になり次第締め切らせていただきます。

