

歩くまち「くみやま」シンポジウム

～姿勢が整う・健康増進・スポーツも上達する歩き方の実践～



■日時 令和6年3月20日(水・祝)

午後1時30分～3時30分
(受付:午後1時15分～)

申込不要
参加無料

■会場 久御山町役場5階 コンベンションホール

■内容 ・第I部 講演『アスリートは歩き方が美しい』

・第II部 歩き方の実践

講師 河野 光雄 氏

健康サポートステーション WIN 代表取締役

NPO 法人 日本健康運動指導士会 奈良県支部長

トヨタ自動車硬式野球部 コンディショニングコーチ

・取組紹介 京都文教大学



歩く動作は、すべての動作の基です。
ドジャー・スタジアムでキャンプ後に
久御山町に伺います！
動きやすい服装・靴でご参加ください。

「歩くまち くみやま」

町公式動画

YouTube で配信中



この事業の詳細は

町公式 HP を

ご覧ください

