

# JFAメディカルセンター リハビリ健康教室

2021年4月23日（金） 10:00～10:30

JFAメディカルセンターリハビリ室

## ～膝の痛み編～

階段の昇り降りに苦勞していませんか？

- 理学療法士／アスレティックトレーナー  
による膝についての講義
- 体力測定
- 予防のための体操指導
- 定員：8名（予約制）
- 料金：無料



### 【申込み・お問い合わせ】

下記にお電話でお申し込みをお願いいたします。  
定員になり次第、募集を締め切らせていただきます。

JFAメディカルセンター

〒979-0513

福島県双葉郡楢葉町大字山田岡美シ森8番1号

TEL：0240-25-1557



# JFAメディカルセンター リハビリ健康教室

2021年4月26日（月） 10:00～10:30

JFAメディカルセンターリハビリ室

## ～腰痛編～

- 理学療法士／アスレティックトレーナー  
による腰痛の講義
- 体力測定
- 予防のための体操指導
- 定員：8名（予約制）
- 料金：無料



### 【申込み・お問い合わせ】

下記にお電話でお申し込みをお願いいたします。  
定員になり次第、募集を締め切らせていただきます。

JFAメディカルセンター

〒979-0513

福島県双葉郡楡葉町大字山田岡美シ森8番1号

TEL：0240-25-1557



**JFA**メディカルセンター  
リハビリ健康教室  
2021年**5月10日**（月） **10:00～10:30**  
**JFA**メディカルセンターリハビリ室

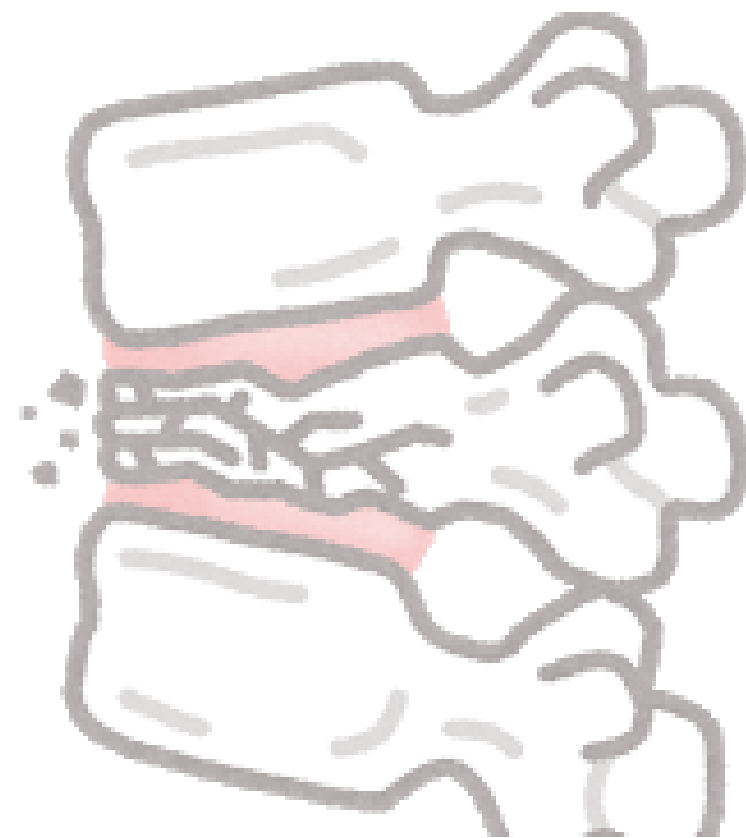
～**骨粗鬆症予防編**～

運動不足を感じていませんか？

- 理学療法士／アスレティックトレーナー  
による骨粗鬆症の講義
- 体力測定
- 予防のための体操指導
- 定員：8名（予約制）
- 料金：無料

【申込み・お問い合わせ】

下記にお電話でお申し込みをお願いいたします。  
定員になり次第、募集を締め切らせていただきます。



JFAメディカルセンター

〒979-0513

福島県双葉郡楡葉町大字山田岡美シ森8番1号

TEL：0240-25-1557



# JFAメディカルセンター リハビリ健康教室

2021年**5月17日**（月） **10:00～10:30**

**JFAメディカルセンターリハビリ室**

## ～肩こり編～

- 理学療法士／アスレティックトレーナー  
による肩こりの講義
- 体力測定
- 予防のための体操指導
- 定員：8名（予約制）
- 料金：無料



### 【申込み・お問い合わせ】

下記にお電話でお申し込みをお願いいたします。  
定員になり次第、募集を締め切らせていただきます。

JFAメディカルセンター

〒979-0513

福島県双葉郡楡葉町大字山田岡美シ森8番1号

TEL：0240-25-1557



# JFAメディカルセンター リハビリ健康教室

2021年**5月22日**（土） **17:30～18:00**

JFAメディカルセンターリハビリ室

## ～投球障害予防編～

- 理学療法士／アスレティックトレーナー  
による投球障害の講義
- 体力測定
- 予防のための体操指導
  
- 定員：8名（予約制）
- 料金：無料

### 【申込み・お問い合わせ】

下記にお電話でお申し込みをお願いいたします。  
定員になり次第、募集を締め切らせていただきます。



JFAメディカルセンター

〒979-0513

福島県双葉郡檜葉町大字山田岡美シ森8番1号

TEL：0240-25-1557



# JFAメディカルセンター リハビリ健康教室

2021年**5月29日**（土） **17:30～18:00**

JFAメディカルセンターリハビリ室

## ～傷害予防膝編～

- 理学療法士／アスレティックトレーナー  
による膝についての講義
- 体力測定
- 予防のための体操指導
  
- 定員：8名（予約制）
- 料金：無料
- 持ち物：バスタオル

### 【申込み・お問い合わせ】

下記にお電話でお申し込みをお願いいたします。  
定員になり次第、募集を締め切らせていただきます。



JFAメディカルセンター

〒979-0513

福島県双葉郡楡葉町大字山田岡美シ森8番1号

TEL：0240-25-1557



# JFAメディカルセンター リハビリ健康教室

2021年**6月14日**（月） **10:00～10:30**

**JFAメディカルセンターリハビリ室**

## ～膝の痛み編～

階段の昇り降りに苦勞していませんか？

- 理学療法士／アスレティックトレーナー  
による膝についての講義
- 体力測定
- 予防のための体操指導
- 定員：8名（予約制）
- 料金：無料



### 【申込み・お問い合わせ】

下記にお電話でお申し込みをお願いいたします。  
定員になり次第、募集を締め切らせていただきます。

JFAメディカルセンター

〒979-0513

福島県双葉郡楡葉町大字山田岡美シ森8番1号

TEL：0240-25-1557



# JFAメディカルセンター リハビリ健康教室

理学療法士／アスレティックトレーナー

による健康教室を実施します！

当日は講義や体力測定、予防のための体操指導などを行います。

- 定員：8名（予約制）
- 料金：無料
- 場所：JFAメディカルセンター



- |           |          |             |
|-----------|----------|-------------|
| ①腰痛編：     | 4月26日（月） | 10:00～10:30 |
| ②骨粗鬆症編：   | 5月10日（月） | 10:00～10:30 |
| ③肩こり編：    | 5月17日（月） | 10:00～10:30 |
| ④投球障害予防編： | 5月22日（土） | 17:30～18:00 |
| ⑤傷害予防膝編：  | 5月29日（土） | 17:30～18:00 |
| ⑥膝の痛み編：   | 6月14日（月） | 10:00～10:30 |

## 【申込み・お問い合わせ】

下記にお電話でお申し込みをお願いいたします。

定員になり次第、募集を締め切らせていただきます。



JFAメディカルセンター

〒979-0513

福島県双葉郡檜葉町大字山田岡美シ森8番1号

TEL：0240-25-1557

