

『現場で使えるスクワットのエラー修正方法』

早稲田大学スポーツ医科学クリニックでは、今年度第5回研修会を以下の目的に即して講義と実技を交えて実施いたします。

目的① スクワットの基本的なフォームを知る

目的② よく起こる問題に対する改善案を知る

授業ではあまり触れられない、すぐに実践できる様々な介入方法を知る機会です。是非ご参加ください。

対面のため、体調管理の徹底、マスク着用でのご参加をお願いいたします。

日時 2022.1.14（金） 15:00～17:00

開催場所 所沢トレーニングルーム

講師 早稲田大学スポーツ科学学術院 助手 植原典子 先生

対象 早稲田大学スポーツ医科学クリニックオブザーバー、TA
早稲田大学スポーツ科学部の学生、教員
早稲田大学体育各部所属の選手およびスタッフ

人数制限 15名(見学のみ5名) ※**先着順**

◆ 参加申込フォーム

<https://forms.gle/AR1pFjFrWPT6PRMf6>



◆ 申込期限: 2021.12.22(水)正午

※本研修会の参加費は**無料**です。