

参加  
無料

日本体育大学教授が直伝!  
競技力も伸ばす体づくり!



日本体育大学・香美町連携事業



# ケガ知らずの トレーニング教室

会場:香住B&G海洋センター体育館

日時:2026年3月21日(土)

9:00~11:30 (受付 8:30~)

## 【特別講師】伊藤 讓 氏

日本体育大学保健医療学部整復医療学科 教授

### 《プロフィール》

- ・日本体育大学保健医療学部整復医療学科 教授
- ・日本体育大学スポーツキュアセンター横浜・健志台接骨院 院長(兼)日本体育大学医療専門学校 校長
- ・日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー
- ・柔道整復師 ほか多数



### 《教室内容》

- ・ケガをしない為のトレーニング方法講義
- ・ストレッチなど実践体験

対 象 ▶ 香美町内小中高校生  
一般町民

申込期限 ▶ 2026年3月16日(月)

申込方法 ▶ 右記の二次元コードにて申込み

問合せ先 ▶ 香住B&G海洋センター  
☎0796-36-2467

お申込みはコチラ→  
(申し込みフォーム)



←詳しくはコチラ  
(町ホームページ)