

公益社団法人 日本鍼灸師会
第8回 臨床鍼灸スポーツフォーラムin三重

市民公開講座

参加費
無料

我がバレーボール人生

～チャンス逃がすな！スポーツとセルフケア～

スポーツと健康に関してどのように考えていますか？
なぜ大人になってもスポーツを継続するのでしょうか？

私は、友達同士で遊ぶ「レクリエーションスポーツ」、勝負にこだわる「チャンピオンスポーツ」、そして現在でも「生涯スポーツ」という位置づけで身体を動かしています。まさにバレーボールを通じて楽しんで心地いい汗をかき、ストレス発散、健康維持にと努めています。今回は私の実体験を中心にバレーボールを始めたきっかけから、オリンピック出場に至るまで、また現在の私が考えるスポーツと健康、セルフケアなどについてお話をさせていただこうと思っています。

とき ▶ 平成29年8/20（日）
11：15～12：45

場所 ▶ プラトンホテル四日市
（三重県四日市市西新地7-3）

講師 ▶ 元全日本男子バレーボール主将
米山 一朋 氏



1985年・1989年のワールドカップ、1988年のソウルオリンピック、1990年の世界選手権やワールドリーグなどでセッターとして活躍。その後、指導者として全日本シニア男子コーチ、全日本ジュニア男子コーチ、嘉悦大学女子バレーボール部監督などを歴任。

事前申し込みは不要です。
お気軽にお越しください！

お問い合わせ

一般社団法人 三重県鍼灸師会
三重県津市栄町2丁目325番地
TEL：059-227-3345

主催 公益社団法人 日本鍼灸師会 共催 一般社団法人 三重県鍼灸師会
後援 三重県 三重県医師会 三重県体育協会