

スポーツ現場で  
役に立つ!!

スポーツメディカル講座

# スポーツテーピング

1日集中講座 初心者から参加OK!!

スポーツテーピングとは、運動時に関節にテーピングを巻いて筋肉や靭帯を保護する処置法です。日頃テーピングを使うけど、なんとなく巻いている方や正しい巻き方を習得したい方、理論を習得したい方は、ぜひ、この機会に正しいテーピングの巻き方を習得してください。きっと、スポーツの現場で役立つはずです。  
今回の講座では、足首、膝、手首、手指の正しいテープの巻き方を習得します。

**主催** 財団法人 京都市体育協会

**協賛**  (株)アシックス

正しいテーピングを  
マスターしよう!!

**日時** 平成17年9月11日(日) 10:00~16:00まで

**場所** 京都アクアリーナ 会議室

**参加料** 会員:5,000円 一般:5,500円  
※テープ代・教材費3,800円相当含む

**定員** 先着30名(定員になり次第受付終了)

**対象** 16歳以上

**持ち物** Tシャツ・短パン(膝が出せるジャージ等)・筆記用具



財団法人 京都市体育協会  
(京都アクアリーナ内)

TEL 075-315-4581

● FAX 075-315-4582

● Eメール dash@kyoto-sports.or.jp

● 受付時間 9:00~21:00 火曜日休館(7・8月無休)

