

ごきげん

GOKIGEN SPORTS SUPPORT

# スポーツサポート

理学療法士が **無料** で学校やチームに出張し  
講義・実技指導などを行います。

**スポーツによるケガ・故障を減らそう!!**



- ◆ 一見、偶然起きたように思うケガ
- ◆ 単なるオーバーワークと片付けている故障
- ➔ 実は身体の使い方や、ケアやトレーニングの方法を変えるだけで防げることもあります!!

「理学療法士が正しい知識・方法を提供し、スポーツにおけるケガや故障をへらしたい!」そんな想いで活動しています。

例えば

- ① 正しいストレッチの方法
- ② 効果的な体幹トレーニング
- ③ よくある怪我について学ぼう
- ④ よくわかるテーピング教室
- ⑤ 正しいウォーミングアップ

などのテーマで実技を交えて講義を行います。  
男女、年齢、競技問わず、チーム状況や指導者、選手の要望に合わせた内容を提供致します。

下記までお気軽にご相談ください。



医療法人社団

**御影ごきげんクリニック** ☎ 078-223-5599

整形外科 リハビリテーション科

院長 久網 正 勇

ここにこみかけ ごきげんクリニック

〒658-0048

神戸市東灘区御影郡家2丁目16-10



LINE@ はじめました。  
友達募集中!!

友達登録方法♪

友達検索から 👤 「友だち」上部の検索窓に

「御影ごきげんクリニック」と入力して検索し、友だち追加をクリック!!

QRコードから

QRコードを読み込んで登録⇒

