



医療法人社団あんしん会

あんしんクリニック  
リハビリテーション科  
講演会

参加  
無料

申込  
必要

女性アスリートのための

# コンディショニング

～自律神経の整え方・セルフマネジメント～

日時

3月16日(土)

▶開場 17時30分

▶開演 18時00分

会場

あんしんクリニック  
リハビリテーション室  
シティタワープラザ神戸三宮 4F

一部 18時00分～

- ・FATとは？
- ・月経サイクルと月経困難症、PMSについて
- ・自律神経と女性ホルモン

対象

女性アスリート  
指導者 ※男性指導者もご参加下さい

二部 19時00分～

- ・女性アスリートへの必要な栄養素と食品の選び方、ダイエツト方法
- ・自律神経の整え方(セルフエクササイズやフィールドワーク)

講師

漆川 沙弥香 先生

Women's Holistic Health Company 代表

▶所属 ウィメンズヘルス理学療法研究会福岡支部 副代表  
福岡国際医療福祉学院 非常勤講師 福岡山王病院 産後骨盤ケア講師

▶資格 理学療法士  
PILATES インストラクター (Pilates Japan Stability in Motion Mat instructor course)  
アメリカ理学療法士協会認定 産前産後の理学療法・骨盤底の理学療法 LEVEL 1 修了  
ホリスティックケアマスター講座 修了 ホリスティック栄養学 量子力学的メソッド初級 修了  
ストレスコーピング Basic 1・2 修了 ELM 勇気づけ講座 修了



申込方法

参加希望の方はメールまたはフォームに必要事項をご記入の上お申し込み下さい(定員 50名)  
※ 保護者の方も是非、ご一緒にご参加下さい

メール

anshin-women@anshin-clinic.com

フォーム

www.anshin-clinic.com/anshin-women

必要事項

氏名・参加人数・年齢・競技名・所属先・講演会を知ったきっかけ  
※ 当日は実技があります、動きやすい服装をおすすめします(更衣室をご用意してます)

主催

あんしんクリニック リハビリテーション科 スポーツ内科班

問合せ先

医療法人社団あんしん会 あんしんクリニック TEL 078 - 251 - 5959



参加申込みメールフォーム