

2026年度 これからはじめるための テーピングワークショップ

■ テーピングは、応急処置だけでなくケガ予防にも効果があります。

足関節の捻挫、捻挫予防を中心に初心者の方でもテーピングを出来るようになるための基本講座として開催します。

アンカー、スターアップ、ホースシュー、フィギュアエイト、サーキュラー、ヒールロックなどの技法を使い足関節へのテーピング、キネシオテープを使った膝のサポートなど実際にテープを巻いて実践する内容となっています。これからテーピングをはじめたい、やってみたいという方向けのワークショップです。スキルアップのための受講も歓迎します。



開催日
全日程 10時～16時
2026年

- 5月17日(日)
- 7月12日(日)
- 9月13日(日)
- 11月8日(日)

2027年
• 1月17日(日)

■ 会場

オリンピック記念青少年総合センター
センター棟

■ 講師

野田哲由 SBC東京医療大学教授

■ 受講料

10,000円

健康・体力づくり事業財団
単位認定講習会

実技5単位 申請中

■ 定員 各回20名

■ 申込・問合せ先



manaableから お申し込みください



公益財団法人
日本スポーツクラブ協会

info@jsca21.or.jp



公益財団法人 **スポーツ安全協会**
For Fun Sports & Cultural Activities

当事業は
スポーツ安全協会 スポーツ普及奨励助成事業
の助成を受けて実施しています