

平成 20 年度 ストックウォーキング研修会 実施報告

実施案内

平成 21 年 2 月 15 日(水)に県立武道館にてストックウォーキング研修会を実施いたしました。昨年度も同じ研修項目でありませんでしたが、一般の健康づくりからメタボ予防の運動、そして高齢者にも幅広くニーズが高まっていることから、2 回目の開催としました。



今回は滋賀県体育協会との共同開催で、総合型地域スポーツクラブの関係者と、健康づくり指導者バンク登録者、今までの健康づくり財団の研修会等の参加者など、合わせて 61 名の参加を頂きました。

当日は残念ながら雨に見舞われ、講義に続いての実技は柔道場での実施となりましたが、室内だからこそできるビデオ撮影とフィードバックなどもでき、参加者からは好評を頂きました。



講師をお願いしたのは昨年に引き続き龍谷大学教授の井上辰樹先生ですが、お忙しいスケジュールの中、講義と実技を分かりやすくそして楽しくご教授いただきました。

今回使用したストックは、滋賀県高月町にある“こほくあおぞらかんのん”様にレンタルのご協力等を頂きました。実施後、販売・注文も数件あり、参加者の意識の高さも伺えました。