



公益財団法人

横浜市スポーツ協会

YOKOHAMA SPORT ASSOCIATION

▷申し込み方法

予約サイトよりお申し込みください。
<https://coubic.com/d/ukuri0014/778028>

9月2日(月)9時から先着順となります。定員に達し次第、募集を締め切ります。



▷日時・定員・料金

9月25日(水) 18:30~20:30

【定員】15名 【対象】18歳以上

【参加料】3,300円

▷会場アクセス・持ち物

横浜国際プール 会議室1

横浜市都筑区北山田7-3-1

市営地下鉄北山田駅 徒歩5分

【持ち物】飲み物、タオル



肩・肘・手首の使い方
こんなに変わる！？

Youtubeで内容紹介動画
公開中！
見てね！👉



YSAジョイウェルコンセプト® ラケット競技者向け 上肢コンディショニング講座

横浜市スポーツ医学センター
理学療法士 玉置



【問い合わせ先】

横浜市スポーツ協会 ウェルネスプロモーション課

Tel : 045-640-0018 (対応時間 : 平日8:30~17:15)