

木村 匡宏 きむら まさひろ

MTX ACADEMY チーフトレーナー

1979年生まれ。IWAACADEMY(現MTX ACADEMY)設立メンバーで、子どもからトップアスリートまでの競技をサポートするトレーナー。2016年から(公社)子どもの発達科学研究所と提携し、未就学児向けプログラム「WAQUMO」の開発、科学でいじめのない世界をつくる「BE A HERO」プロジェクト、部活動包括マネジメントプログラム「TEAM PLAY」の開発、普及に取り組む。柔道整復師、こころの発達アテンド認定講師、一般社団法人フィールドフロア公認スポーツメンタルコーチ、公益社団法人子どもの発達科学研究所特任研究員。



第258回

ほろ酔い勉強会

7/27 (水)
2022
14:00~16:00

Daily move

虹色プログラム

運動不足解消・ フレイル予防 トレーニング

実践編

講師 木村 匡宏 氏

場所 講堂

昨年6月、動画配信形式で実施した第251回ほろ酔い勉強会は対談と4つの体操の動画を当院のYoutube公式チャンネルで公開しました。合計で8,000回に迫る再生数となり、多くの方にご覧いただいています。

2019年11月以来となる集合形式でのほろ酔い勉強会では、このフレイル予防・運動不足解消のための体操を実際にみんなでやってみましょう!

お問合せ先：諏訪中央病院 広報調整係
0266-72-1000 (内線1557)

病院ホームページ：www.suwachuo.jp
主催：諏訪中央病院

※ くわしくは当院ホームページをご覧ください。

 諏訪中央病院
Suwa Central Hospital