

～トップアスリート事業 指導セミナー～ 姿勢測定イベント

健康に繋がる「姿勢」に注目し、AI姿勢測定システムを活用した姿勢測定及び姿勢を改善する体操をレクチャーするイベントをくりはま花の国プールで実施しました。

姿勢改善の体操は、NHK テレビ体操インストラクター今井菜津美氏(横須賀市出身)をお招きし、歪みの多い箇所をどう伸ばしていくか等、日常生活の中で手軽に行える運動をレクチャーし、多くの参加者から喜ばれるイベントとなりました。子ども連れのご家族、高齢者の方々、一般成人と幅広い年代の姿勢を測定し、姿勢に関心を持つ方が増えることで、地域の健康への意識向上に繋がるきっかけとなりました。



- 講師：今井 菜津美 (横須賀市出身)
NHK テレビ体操インストラクター
- 日時：令和5(2023)年10月9日(月祝) 10:00～15:00
- 場所：くりはま花の国プール
- 主催：一般財団法人シティサポートよこすか
- 協力：B.C Lab 株式会社
- 参加者：107名 (姿勢チェック62名 姿勢改善体操45名)

