



平成22年10月21日

<体験型ウォーキング講演会を開催>

<概要>

NPO 法人ウォーキング普及協会 オウルプロの忠政啓文理事を講師に迎え、誰でも簡単に行える健康づくりとして注目されている「ウォーキング」についての講演会を開催します。受講者はケガを防ぎ、健康づくり効果も高い「正しい歩き方」を体験できます。

対象者は学生・教職員ですが、報道機関のみなさまの取材を歓迎いたします。

<本文>

1. 日 時 平成22年11月4日（木）16:00～17:15
2. 会 場 津島キャンパス一般教育棟E棟 2階 E21教室
3. 演 題 「歩き方が変われば人生が変わる!」
4. 講 師
NPO 法人ウォーキング普及協会 オウルプロ 理事
厚生労働大臣認定 健康運動指導士
忠 政 啓 文 先生

※詳細は添付チラシをご覧ください。

<お問い合わせ>

岡山大学保健管理センター
(電話番号) 086-251-7189
(FAX番号) 086-251-7222