

投球障害予防メディカルチェックのご案内

あなたの肩・肘は大丈夫ですか？

肩・肘に負担の少ない投球フォームで投げられていますか？

完全個別指導でコンディションから投球フォームまで徹底指導

マンツーマン対応なので3密回避で安心受講



部活やクラブ活動は限られた期間の中で行います。その中でケガをしてしまえば練習や試合をできる期間が短くなってしまいます。いかにケガを減らし、いいコンディションでプレーを続けられるかが大事になってきます。

投球動作は全身を使った複雑な動作であり、肩や肘に多大なストレスを与えます。このため**自分の全身状態を知り、適切に体のケアを行うことは非常に重要**です。また、**負担の少ない投球フォームを身につけることで、肩肘の負担を減らせるだけでなくパフォーマンスアップ**も図ることができます。

当院の投球障害予防メディカルチェックは、小学生からプロの選手まで診てきた医師と理学療法士による肩肘のメディカルチェックとコンディション、投球フォームのチェックを行い、**自分の体の状態と肩肘に負担のかかりにくい自分だけの投球フォームを身につけることで、障害予防とパフォーマンスアップ**を目指します。

内容

医師

- ・エコーを使った肩、肘検診(障害がないかの検査)
- ・メディカルチェック(関節の動きに問題がないかなどをチェック)

理学療法士

- ・コンディションチェック(ストレッチやトレーニング方法の指導まで)
- ・フォーム指導(個人に合わせた負担の少ないフォームの提案と改善方法の指導)

料金： 1人 3000円

参加人数： 1家族(兄弟での参加可)

時間： 約40～50分程度

日時： 毎週土曜 16時～18時の完全予約制(当日予約不可) 電話のみ予約可

※ご予約の方は、当院までお電話ください。TEL099-230-0777

