

理学療法士によるコンディショニング・ブース設置のお知らせ

大会： 第102回全日本ローイング選手権大会（日本ローイング協会）

内容： 「大会参加選手に対して理学療法士によるコンディショニング活動」

日程： 2024年6月20日（木）～23日（日）

場所： コンディショニング・ブース（海の森水上競技場）

【コンディショニングにおけるメリット】：

◎肩、腰などの痛みや疲労の軽減

➔ 徒手により「元々、怪我をしている」、「運動後の疲労感」などの機能改善を目的とします。

◎運動後の痛みへのアイシング処置

➔ 患部の炎症に対しての軽減を目的とします。

◎競技前後におけるテーピングの実施

➔ 競技パフォーマンスの向上や患部の固定、動きの制限などを目的とします。

※今後の個別に応じたコンディショニングの指導、セルフケアの方法など行います。

公益社団法人日本ローイング協会、医科学委員会（トレーナー部会）

公益社団法人 埼玉県理学療法士会