

第31回（2023年）身体運動科学シンポジウム（予定）

シンポジウムタイトル：ストレッチングの最新研究動向

開催日時：2023年11月25日（土）13：00～15：30

開催形式：オンライン

発表時間：1人あたり15分発表&5分質疑（最後に20分程度の総合討論）

演者（敬称略）および講演題目（変更の可能性有り）：

1）中村雅俊（西九州大学・准教授）

ストレッチングが筋構造・力学的特性に及ぼす効果：現場に還元するためのエトセトラ

2）宮本直和（順天堂大学・先任准教授、国立スポーツ科学センター・副主任研究員）

筋柔軟性改善や肉離れ予防のためのストレッチング

3）久保啓太郎（東京大学・教授）

腱特性変化からみたストレッチングの是非

4）山口太一（酪農学園大学・教授）

パフォーマンス向上のためのストレッチング再思三考

5）家光素行（立命館大学・教授）

動脈硬化予防・改善に効果的なストレッチングとは？

*上記内容は2023年7月12日現在の情報で、若干の変更の可能性がります。

*参加申し込みなどの詳しい情報は、決まり次第掲載致します。

以上