

もう一度新しい自分を

健康・体力アップは 今からでも遅くない！

老いてなお、ハツラツとスポーツに勤んでいる方や、スポーツを通して人生を謳歌されている方々の体力や栄養、ライフスタイルなどを紹介し、「ネバートゥレイト」(遅すぎることはない)についてお話していただきます。

never too late

平成24年 **3月9日** **金** にゅうじょうむりょう **— 入場無料 —**

■ 開場 / 18:00~

■ 開演 / 18:30~20:30

■ 定員 / 850名

■ 会場 / こまつ芸術劇場うらら 大ホール

・裏面の申込用紙からお申し込みください。

・小松市土居原町710番地 TEL.0761-20-5500

プログラム

高齢アスリートに学ぶ！

■ 「健康・体力アップは今からでも遅くない！」

かつた しげる
筑波大学名誉教授 **勝田茂氏**

■ 「まちなか  ウォーキング教室」第一期報告

主催：(財)北陸体力科学研究所 スポーツコミュニティダイナミック TEL.0761-47-1214

協力：勝木グループ協会の、医療法人 社団勝木会、住友生命健康財団

後援：小松市、小松市教育委員会、小松市社会福祉協議会、小松市老人クラブ連合会、(財)小松市体育協会、北國新聞社



講師プロフィール

1936年生、75歳。医学博士。
筑波大学名誉教授、東亜大学客員教授。
専門は運動生理学、最近では高齢者の体力に
焦点を絞り研究している。九州大学教員時
代の32歳から始めたテニスで2011年
にトルコにて開催された世界ベテランテ
ニス選手権大会の日本代表になるなど輝かし
い成績を残し、自ら「never too late」を
実践している。日本体力医学会名誉会員、
日本体育学会名誉会員、アメリカカスポーツ
医学会名誉会員。