

頭でわかる、身体でできる — 上達を導く脳科学とスポーツ実践 —

脳の仕組みから「上達のプロセス」をひもとき、トップレベルの現場で実践されているトレーニングを紹介します。

前半では、脳科学の専門家である大塚講師が、スポーツの上達を支える脳の働きについて解説。

後半では、「八王子実践中学校バレーボール部」および「埼玉栄中学・高校バドミントン部」でトレーナー活動をしている三宅准教授が、強豪校でも導入されている実践的なウォーミングアップなどを紹介します。



開催日時：2026年4月25日（土） 14:00～15:30

講師：昭和医科大学 保健医療学部 リハビリテーション学科 理学療法学専攻
大塚裕之先生、三宅英司先生

開催方法：現地開催（昭和医科大学横浜キャンパス104講義室）

参加費：無料 託児所・駐車場：あり（要予約）

— お申込み方法 —

事前登録QRコード

地図

QRコードもしくはお電話でお申込み下さい

TEL：045-985-6503（お電話の受付時間：平日 午前9時～午後5時）

※「公開講座の申し込み」とお伝えください。

お申込み期日 2026年4月24日（金）

※託児所・駐車場のお申込み期限は2026年4月23日（木）まで



<https://forms.gle/DhQzV38UT6pB1gPm8>

お問い合わせ：昭和医科大学保健医療学部事務課 TEL 045-985-6503

主催：昭和医科大学横浜キャンパス 後援：横浜市緑区