



第103回

川平法を自分達で 奈良教室

1. 挨拶

講師

-理学療法士 石川、新井、青山
前田

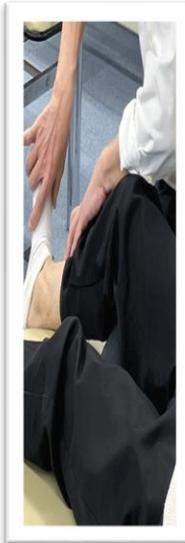
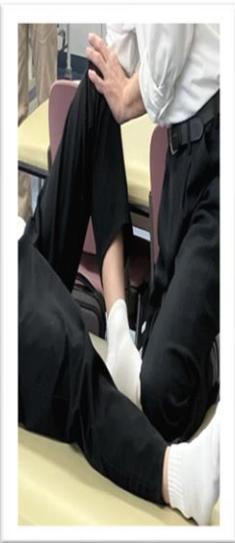
2024年3月24日（日）に
研修会を開催しました。
今回は4組9名の方に
参加して頂きました。



2. 実技練習

川平法（下肢）

- ①股関節外転(臥位)
- ②膝伸展位での股関節外転(臥位)
- ③足背屈(臥位)
- ④足趾伸展
- ⑤膝屈曲(側臥位)



3. 自主練習 膝屈曲(座位)



4. 情報交換会

今回はあいにくと雨天の中での開催となりました。

少人数ではありましたが、練習時間が多く取れ充実した時間となりました。

ミニレクチャーでは上達には回数が重要であり、「継続は力なり」という旨の内容でした。

次回開催ではまた、多くの参加者の皆様にお会いできるのを楽しみにしています。

次回は4月28日開催予定です