

無料

# 千葉県マスタース陸上競技選手権大会では トレーナーステーションを設置しています。

場所：雨天練習場にて 時間：9時より競技終了まで



## ◆ 応急処置

練習中、競技中に足を痛めた！ひねった！等

## ◆ コンディショニング指導

ストレッチやリハビリのやり方を教えて欲しい等

## ◆ 怪我や病気の相談

痛みがとれない、こんな症状だが病名がわからない等

マッサージ

鍼（はり）

物理治療器

※トレーナーステーションの全員が医療国家有資格の先生方です。

↓ 会場も巡回して  
います！

この服装がオフィ  
シャルの先生です。

体調が伴わない方は  
選手・応援者に関わ  
らず遠慮なく声を掛  
けてください。



トレーナーステーション  
選手/引率/応援として  
役員の方のための  
鍼灸・マッサージ

ストレッチ  
ステーション

SKB 41



がんばれ！  
マスタース  
アスリート  
の皆さん

※役員の方の先生方も是非お越しください！