

「その動き、 本当に自分で できますか？」

ピラティスを通して、一つの関節運動が他部位に与える影響を体感



■内容

本勉強会では、ピラティスを用いた実技を通して、関節包内運動など“患者に求める動き”を自分自身で体感・再現します。机上の理解だけでは捉えきれない「動きの質」や「感覚」を、自分の身体で確かめる時間です。また、同じトレーニングでもポジショニング(姿勢・肢位)によって結果が変わることを体験。一つの関節運動が他部位へどう影響するのか、局所と全体のつながりを踏まえて動きを考えます。“評価して終わり”ではなく、“動きをつくれる理学療法士”へ、臨床につながる視点と再現力を、実技中心で身につけます。

■プログラム

- ・患者に求める「動き」とは何か
- ・関節包内運動の理解と体幹
- ・自分で再現できるかの検証(実技)
- ・姿勢・スタートポジションが運動に与える影響
- ・四肢だけでなく全身でとらえる運動の考え方
- ・評価から介入へつなげる視点

■講師：大浦 夏実

理学療法士(関西医科専門学校卒業)

pilates studio 027 所属

マシンピラティスインストラクター

「触診と体表解剖講座」講師

マットピラティス・ランニングコミュニティなどでも活動中



“分かっている”を、
“できる”に変える。

参加
申し
込み



卒業生勉強会

2026年6月7日(日)

10:00~11:30



卒業生用