

대한스포츠과학·운동의학회 주관

# 2022 집담회



## 더 건강하게 달리기

9월 28일 (수) 18:30 ~ 20:10

전문가에게 배우는 안전하고 효과적인 달리기 방법에 대한 주제로 집담회를 개최하오니, 많은 관심과 참여 부탁드립니다.

### 등록방법

온라인 교육 (ZOOM)

\*사전등록자에 한해 추후 링크 공유 예정, 강의 자료 제공

### 등록비

무료

### 행사일정

시간	강의제목	강연자
18:30~18:35	개회사	회장/이사장
18:35~19:00	경보걷기 자세와 방법	이민호(경기도 육상연맹)
19:00~19:25	왜 달리기인가?	정세희(서울의대 보라매병원 재활의학과)
19:25~19:50	나에게 마라톤이란? (운동생리, 영양학을 바탕으로)	이윤희(한국체육대학교)
19:50~20:10	질의응답 및 토의	

### 접수기간

2022.08.23~2022.09.23

### 신청방법

[https://us06web.zoom.us/webinar/register/WN\\_dF8yJ9kmQ4iUkHM29Llr4A](https://us06web.zoom.us/webinar/register/WN_dF8yJ9kmQ4iUkHM29Llr4A)



### 관련문의

대한스포츠과학운동의학회 사무국

✉ kasseem.sm2014@gmail.com

☎ 031-787-6896

