

2020年度 スミセイ ウエルネス セミナー 開催内容

都市	開催日 (収録日)	共催新聞社	開催形式	内容1 ＜演題・講師(敬称略)＞	内容2 ＜演題・講師(敬称略)＞
北見	12/5	北海道新聞 北見支社	リアル	講演「バスケットボール人生 50歳まで現役を続けられた理由」 折茂 武彦(株式会社レバンガ北海道 代表取締役)	トークセッション「元トップアスリートとトレーナーが教える家庭(生活)の中でできる体力増進策」 折茂 武彦 大森 達也(株式会社PHYSIT代表取締役、 カーリングチーム ロコ・ソラーレ チーフトレーナー)
大阪	12/13	読売新聞社	オンライン	トークセッション「アスリートに聞く 成果を出すための“自超力”」 松田 丈志(元競泳選手、五輪メダリスト) 辛坊 治郎(キャスター)	パネルディスカッション「コロナで変わる？これからのヘルスケア～睡眠と運動～」 松田 丈志 谷本 道哉(近畿大学生物理工学部准教授) 友野 なお(睡眠コンサルタント) 辛坊 治郎
明石	2/11	神戸新聞社	オンライン	トークセッション「努力は裏切らない」 野口 みずき(元女子陸上競技選手、 アテネ五輪金メダリスト)	実技「親子走り方(陸上)教室」 野口 みずき
松山	3/20	愛媛新聞社	オンライン	実技「おうちトレーニングで健康になろう(仮)」 青木 愛(アーティスティックスイミング元日本代表)	
福岡	1/24	西日本新聞社	オンライン	講演「アスリートに学ぶスポーツ教室 運動・健康・メンタル」 馬原 孝浩(元福岡ソフトバンクホークス)	実技「子ども～アスリートまでその場でできる運動・ストレッチ」 馬原 孝浩