

【PT 学習会 2026.6.3(水) ブリッジについて】

名前：大瀬 裕

【感想】

PT 学習会開始にあたり、キックオフとして、ブリッジについての講習会を行いました。

普段何気なく運動療法に使用する【ブリッジ】

ちょっとした工夫で運動効果が変わります。普段の運動療法から『どこを鍛えて、どの生活機能向上目的にリハビリを行うのか？』そんなことを意識してもらえればと思い、伝えました。

自分で学びアウトプットすることで自分自身も学びにつながりました。

引き続き学びを深めていこうと思います。

つまり...

よく使うブリッジも
方法変更▶効果が変わる

