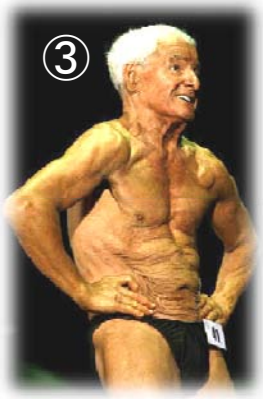
第13回
岡大サイエンスカフェ

筋力の科学
～若さと健康をめざして～

講師： 岡山大学大学院教育学研究科　　教授　三浦　孝仁

私たちが活動するうえで骨格筋は重要な役割を果たしています。筋肉を鍛える＝筋力トレーニングにより、私たちの体はどのように変わるのでしょうか？いくつかの例をお見せしながら筋力を紐解いてみたいと思います。写真①は、2006年ブルガリアで開催された世界ジュニア・パワーリフティング選手権大会44kg以下級で金メダルを獲得したY.Yさん（当時岡大3年生）です。体重38kgで体重の2.1倍に当たる80kgを挙上しました。写真②は、同じく銅メダルを獲得した90kg以下級のT.O君（当時岡大3年生）です。体重の3.3倍に当たる300kgを挙上しました。写真③は、2008年9月14日、豪メルボルンでボディビル大会に参加した80才のオーストラリア人男性です。筋力トレーニングの魅力をお伝えします。



参加者募集

◆開催日時
平成21年8月25日（火）
午後6:00~7:30

◆開催場所
岡山大学創立五十周年記念館2階

◆申込先
岡山大学研究推進産学官連携機構
社会連携本部
FAX:　086-251-8467
E-mail:　s-renkei@adm.okayama-u.ac.jp
氏名・年齢・連絡先・電話番号は必ず明記してください

◆締め切り
平成21年8月20日（木）

◆参加費　無料（飲みもの含む）

◆問い合わせ先
社会連携本部　松浦　　Tel:086-251-7112

本催しはJSTイノベーションブランチ岡山の協賛を受けております

社会人及び学生・生徒でサイエンスに興味のある方ならどなたでも
（岡山大学の教職員・学生は対象外）