

문서번호	문화체육과-8570
결재일자	2016.4.8.
공개여부	대시민공개

주무관	생활체육팀장	문화체육과장	행정관리국장
김주원	최부길	정해영	04/08 고재식
협 조			

- 구민건강 증진을 위한 -
광진구 보디빌딩 선수단 재능기부 결과보고



행 정 관 리 국
(문 화 체 육 과)

- 구민건강 증진을 위한 -
광진구 보디빌딩 선수단 재능기부 결과보고

I 개 요

- 기 간 : 2016. 3.14 ~ 4.6 (매주 월, 화, 수 20:00~22:00)
- 장 소 : 구민체육센터, 중곡체육센터, 문화예술회관
- 대 상 : 총 152명(구민 72명, 중곡 55명, 문화25명)
- 교육내용: 올바른 스트레칭과 운동자세, 식이요법 등

【좋은 점】

- 1:1 개인 트레이닝과 체중조절 식이요법 상담을 통하여 만족도를 높임
- 참여자의 성별과 연령차를 고려하여 2개조로 나누어 진행함
- 체육센터 지도자들과 사전 미팅을 통하여 교육 효과를 높임
- 구민체육센터 및 중곡체육센터의 참여율 및 만족도가 매우 높음

【아쉬움 점】

- 문화 예술회관은 협소한 공간으로 강습시 기존 회원들이 불편함을 느낌

II 현장사진

