

- [강의 분야-일반강좌]**
1. 직장인 건강한 자세 만들기
 2. 나를 변화시키는 ‘건강한 자세 만들기’
 3. 스트레스 해소를 위한 운동요법

- [강의 분야-전문가 강좌]**
1. 운동전문가를 위한 자세교정운동법
 2. 필라테스 자세교정전략



Profile

대한민국 1호 자세전문가 <송영민>

1. 약력 및 경력

- 경희대학교 스포츠의학 전공
- 가톨릭대학교 보건대학원 보건학 석사
- 미국 자세교정운동전문가(NASM CES)
- 전 예술인전문운동센터 아트스포 실장
- 전 (주)피이에스 대표
- 전 삼성전자 화성캠퍼스 근골격예방운동센터 팀장
- 현 송영민자세연구소 소장
- ‘자세부터 잡고 갑시다’ (2014, 흐름출판) 출간
- ‘자세 하나 바꿨을 뿐인데 사람들이 나를 대하는 게 달라졌다.’ (2018, 빌리버튼)
- 통증호소 여성근로자에서의 비디오 촬영을 이용한 자세분석(2011.05 석사학위 논문)

“바른 자세의 가치와 운동의 즐거움을 이야기합니다.”

2. 주요 강의경력 과 수상내역

- 한국은행, 삼성전자, 롯데그룹, 현대백화점, 신세계인터내셔널, (유)ELCA, 공무원연금공단, 법제처, 금융위원회 외 기업 및 관공서 500회 이상 강의 경력(10년 차 강사)
- 2014년 보건복지인력개발원 사이버교육 베스트강사상 수상
- 2015년 거북목 교정 웨어러블기기 ‘알렉스’ 자문
- 2016년 2월 국경 없는 의사회 ‘오피스 자세코칭’ 서비스
- 2016년 10월 롯데그룹 인재개발원 ‘오피스 자세코칭’ 서비스



3. 미디어

- TVN 쿨까당 98회 149회 출연
- TV조선 내몸사용설명서 40회, 57회, 75회 출연
- MBC오늘아침 1월 22일 출연
- 대구MBC 건강프로그램 ‘약손’ 건강한 자세만들기 3월 4일, 11일 출연(2회 특강)
- EBS 건강프로젝트 ‘바꾸면 산다-척추건강 지키기’
- MBC 경제매거진M 9월 30일 출연
- 채널A 나는 몸신이다 165회 출연
- MBN 엄지의 제왕 338회 출연

자세전문가 <송영민>