



運動パフォーマンスを 向上させる講習会

参加者募集

運動のパフォーマンスを高めるためのストレッチや身体の使い方について詳しく学べます！

講師

井出勇次 先生 (健寿堂鍼灸接骨院 院長)

日本陸連A級メディカルトレーナー

【主なトレーナー歴】

- ・富士通陸上競技部
- ・駒澤大学陸上競技部
- ・野球、陸上、サッカー実業団他

期日
会場

12月28日(日) 三陽中学校
第1体育館

時間

受付 8:45～
講習会 9:00-11:00

■参加資格■

- 三陽スポーツクラブ加盟団体所属の選手、指導者
- 参加費：一人500円（当日受付にて集金）
- 運動のできる服装、体育館シューズ、飲み物持参

■お申込期限■

12月20日(土)正午12:00まで

お申込みはこちらから▶



主催：三陽スポーツクラブ