



6月より本開講予定！
毎週水曜日19:30～21:00



竜洋B & G 海洋センター

ジュニアアスリート 体幹育成塾

講師
パーソナルトレーナー

5・31(水)
19:30～21:00

佐藤 健

体験会

参加費: 100円

© Vector Open Stock

●君の才能、開花させてみないか？

- ・怪我や故障が起りにくい身体
 - ・最高のパフォーマンスを発揮できる身体
 - ・どんな状況にも負けない強いメンタル
- これらを作ることを目標としています！
全ての競技パフォーマンスに繋げる体幹トレーニングや怪我防止・疲労除去のケアを行います。
トップアスリートのトレーニングや心得を学びながら、【心と体】の成長を高めます。
体幹育成塾で体のベースとなる筋力や強いメンタルを身に付け、一つ上のレベルへチャレンジしよう！

●募集要項

対象: ①小学生4年生～中学3年生
②スポーツをしている方
③はっきりとした目標や夢がある方

定員: 30名 ※先着順になります
期日: 2017年5月31日(水)
時間: 19:30～21:00
会場: 磐田市竜洋B&G海洋センター 体育館
住所: 磐田市駒場6866-27

●講師紹介



佐藤 健(さとう たけし)先生
指導歴: 15年
フィジカルトレーニングに関する公認資格を多数保有する、**体の土台作りのプロ**がご指導いたします！

先生の指導の様子



佐藤健先生の
ブログをご覧ください！

体の土台作り 佐藤健



随時受付中！
お申込みはお電話にてお願いします

お電話はコチラ！

竜洋B & G 海洋センター

☎0538-66-5580

