

夏休み特別企画



勝巳コーチの

スペシャルトレーニング

動ける体をつかって、プレーをもっと軽やかに！



01 フットワーク

素早く、安定した一歩へ

02 体の動かし方

力を上手にプレーへつなぐ

03 ストレッチング

柔軟性を高めてケガ予防

開催日

8月 18日（火） 24日（月）
19日（水） 27日（木）
20日（木） 31日（月）
21日（金）

開催時間

9:30 - 10:30

参加費

全7日間

2,200円

1回だけの参加

1,100円

来られる日だけでも大丈夫です

お申し込み

受付の申込用紙に必要事項を記入してください

下川勝巳コーチ プロフィール

スポーツTAアスリートチーム卒業生 | 柔道整復師 | 現在、鍼灸師の資格を取得中