

高校生

大学生

社会人

パフォーマンス向上のためのスポーツセミナー

参加費無料

体のバランスを整えよう! コアトレーニング

2013年 **3/17** 日 10:00~11:30 受付 9:30~

先着
30名



最近テレビや雑誌などで話題の体幹(コア)。

よく耳にする体幹って一体何なのか?また、体幹を鍛えることでどうなるのか?
などについての疑問にお答えします。

実技では体幹のコンディショニング調整を行って身体の軸を感じていただき、
さらに身体の動きを学習するための体幹トレーニングを行います。
体幹を鍛えてパフォーマンスUPを目指しましょう。



講師 朝倉 智仁

森ノ宮医療学園
専門学校
柔道整復学科
教員



- 鍼灸師 ●柔道整復師 ●歯科技工士
- 日本コアコンディショニング協会認定
アドバンスドインストラクター

講師 馬場 裕介

森ノ宮医療学園
専門学校附属
みどりの風クリニック
リハビリテーション科
勤務



- 柔道整復師 ●健康運動実践指導者
- 日本コアコンディショニング協会
ベーシックインストラクター

開催場所

森ノ宮医療学園専門学校 アネックス校舎 4F

お申し込み先

森ノ宮医療学園専門学校

森ノ宮医療学園

検索

〒537-0022

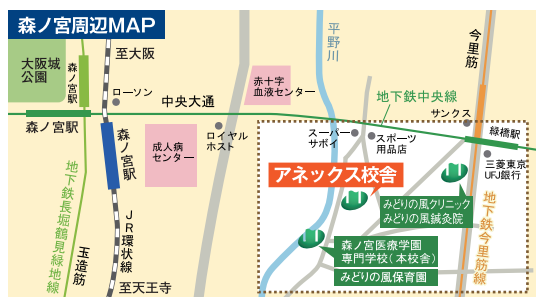
大阪市東成区中本 4-1-8

<http://www.morinomiya.ac.jp>

TEL:06-6976-6889 FAX:06-6973-3133

Eメール: staff@morinomiya.ac.jp

●参加ご希望の方は、①お電話 ②FAX ③Eメールにてお申し込みください。



交通案内 JR 環状線・地下鉄長堀鶴見緑地線「森ノ宮」駅下車徒歩12分
地下鉄中央線・今里筋線「緑橋」駅下車(3号出口)徒歩7分



森ノ宮医療学園専門学校は大阪市健康増進計画
「すこやか大阪 21」の趣旨に賛同し、
「すこやかパートナー」として活動しています。

FAX
お申し込み
記入欄
(06-6973-3133)

フリガナ

氏名

住所

電話番号

()

(〒 -)

この講座を何からお知りになりましたか?

- ・ホームページ
- ・チラシ(入手場所)
- ・その他()

※FAXでのお申し込みの際は、上記「FAXお申し込み記入欄」に必要事項をご記入の上、送信してください。