

バドミントン専用トレーニング教室

アスレティックトレーナーがつくる！

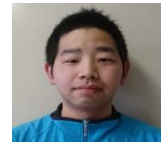
バドミントン選手の為のプログラム！

主催：シャトル未来株式会社

身体の痛みやパフォーマンス向上といった悩みをマッサージや整体、テーピングだけで解決しようとしていませんか？しかし根本的に解決するには、適切なトレーニングが必要となってきます。今回取り組むのはバドミントン選手によくある身体のクセを適切に改善することを目的としたトレーニングになります。バドミントン専用プログラムをアスレティックトレーナーの指導・監修のもと取り入れ、身体の痛みや動きの改善を狙います。

指導員 岡野 篤郎（アスレティックトレーナー）

帝京大学バドミントン部、デフバドミントン日本代表チームに帯同。個人的にナショナルチームの選手のパーソナル指導も手がける。



○日時(全 5 回)

7/24(火), 7/31(火), 8/1(水), 8/7(火), 8/14(火)

午前 10 時～12 時(各回 10 名程度、先着順)

※お着替え等ございますので 10 分程前にご集合ください。

○持ち物: 運動着、室内履き(バドミンントンの格好で結構です) 飲み物、タオル

○費用: 1 回 2,000 円 (当日徴収致します)

○場所: BLUE BRICK STUDIO TEL.080-1189-9465

関内駅北口 徒歩 4 分 桜木町駅 JR 南改札 西口 徒歩 6 分 馬車道駅 みなとみらい線 徒歩 8 分

<http://www.bluebrickstudio.com/information.html>

○お申込み・お問合せ

シャトル未来株式会社 担当 藤元 080-5421-7480 yosuke.bad@icloud.com