



走りの教室

小・中・高
校生対象

2022年10月10日(月)

- 場所: 呉市二河屋内練習場
- 時間: 11:30 ~ 13:30
- 費用: 1,500円
(保護者も各500円で参加できます!)
- 受付: 事前予約優先 当日参加枠あり。
メディカルフィットネスクラブWING呉にて受付中!
電話予約 0823-32-3305
担当: 中元・山田

運動会で
一等賞
になる!!



トレーニング前・後に
30メートル走を
実施します!!



速く走るコツ
教えます。



走りの違いを
感じてください



👉お申込用QRコード



講師: 中元 貴之 ・全米公認 ストレngths&コンディショニングスペシャリスト(NSCA-CSCS) ・SFMA レベル1認定資格 ・TRXスポーツ医学サスペンショントレーナー ・SAQレベル1インストラクター ・健康運動実践指導者 ・走りの学校 Level4 インストラクター ・JMS(ジュニアムーブメントスクール)トレーナー

講師: 山田 一希 ・健康運動実践指導者 ・JATI認定トレーニング指導者 ・adidas functional trainer・JMS(ジュニアムーブメントスクール)トレーナー