

スポコンフェア活動報告

2019年 春のスポコンフェアを開催致しました！

全4回を通して**147**名の参加者！ありがとうございました！！！！



～参加者から頂いた感想～

- ・自分の姿勢や軸を知れた
- ・体幹の鍛え方がわかった
- ・楽しくトレーニングできた
- ・またぜひ参加したい
- ・もっと技術を身に付けたい

- ✓ 第1回 知って得する体の成長と障害予防
- ✓ 第2回 姿勢と動きのかたよりチェック
- ✓ 第3回 ゆがんだ姿勢を簡単リセット
- ✓ 第4回 カラダの軸を強化する体幹トレーニング



スポーツコンディショニング部

大好評につき、今後もスポコンフェアを開催します（詳細は後日院内、HPに提示します）
スポーツ、成長期のカラダの悩み事があればいつでも相談してください
（当院以外でも出張して講演、指導に伺うことが可能です！）