

ピラティスを用いた

コンディショニング～発展編～

ピラティスのメソッドを 取り入れたスポーツ現場での アクティブリラクゼーションと コアコンディショニング 理論&実技 ～発展編～

前回の基礎編に続き、発展編を行います！
基礎編では、基本的な姿勢改善を目的としてい
ましたが、今回の発展編ではスポーツ現場で重
要な柔軟性改善を目的としたコンディショニング
について講義をしていただきます。

日程:全2回

①2019年4月20日(土)

②2019年5月18日(土)

時間:18時30分～20時30分

場所:PEP Osaka

費用:各回 5400円

定員:10名(先着順)

対象:トレーナー・セラピスト
インストラクター等



講師紹介

乾 亮介(いぬい りょうすけ)

リハティスプラス代表

理学療法士&ピラティスインストラクター

お申込み・お問い合わせ

住所:大阪府岸和田市別所町 3-10-10 1階 PEP Osaka

電話:072-423-8460

Mail:pep-osaka@n-cli.com(担当:井上)



2019PEP セミナー