



ストレッチポールを有効的に使おう！

ストレッチポール3本立てセミナー

- | | |
|-------------------|----------------------|
| 1) ベーシックセブンセミナー | 5月23日(土) 11:00~14:00 |
| 2) リアライメントスリーセミナー | 6月6日(土) 11:00~17:00 |
| 3) リセットスリーセミナー | 6月7日(日) 11:00~17:00 |

■ベーシックセブン受講料

- ・会員：7,560円
- ・一般：7,560円
- ・再受講：1,890円

■リアライメントスリーセミナー受講料

- リセットスリーセミナー
- ※各講座それぞれ
- ・会員：17,280円/再受講：4,320円

※再受講料金での受講はJCCA会員の方のみとなっております。



(財)日本コアコンディショニング協会
Japan Core Conditioning Association

パーソナルやピラティス、ヨガの指導にも使えます！
また、機能改善体操のツールとしても有効的な使い方と指導法をしっかりと押さえます！



会場：からだの学舎 Re-fit <http://karadanomanabiya.com/>

〒591-8023 大阪府堺市北区中百舌鳥町5丁目764-2 中百舌鳥ビル2F

TEL&FAX: 072-260-4085

南海高野線「中百舌鳥駅」南口/地下鉄御堂筋線「なかもず駅」6番出口より徒歩4分



■担当講師

梅本 道代 (Michiyo-Umemoto)

- ・NPO法人いきいき・のびのび健康づくり協会 企画事業部チーフ
- ・JCCA A級講師 他



■お申し込み方法

①一般財団法人日本コアコンディショニング協会

(https://jcca-net.com/seminar_search/) からお申し込み下さい

※リアライメント、リセットスリーを受講される方は、JCCAの会員登録が必要です
<http://jcca-net.com/entry/> で入会手続きを行ってからお申し込み下さい

※ベーシックセブンセミナーを受講される方は、会員手続きは不要です