

7月27日(土)

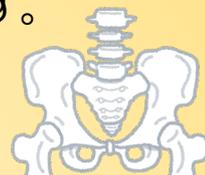
コア×コアセミナー

ストレッチポール♥ひめトレ



夏に向けて、骨盤と脊柱をしっかり整えることができる
コアコンディショニング2大セミナー開催！！

どちらも講師は尾陰由美子が担当します。
体幹を整え、体感を体験し、体観を深めるセミナーです。



14:30~17:30
ベーシックセブン

〔受講料〕7,560円（再受講1,890円）

姿勢改善や機能改善にもってこいのツールですが、ただ単にエクササイズ習得に終わらないことが大切です。ストレッチポールを生かすも殺すも指導者次第。JCCAのコンテンツをきちんと正確に理解し、それが指導者としては表現できてこそ、また一般の方は体現できてこそ価値ある体験へと繋がります。発育発達理論を押さえた上でのコアコンディショニングの考え方を知識と身体で学ぶ3時間のセミナーです。感動体験を共有しましょう！

【お申し込み】サイト登録が必要（無料）

https://jcca-net.com/seminar_search/view/12638



18:00~21:00
ひめトレBIR

〔受講料〕7,560円（再受講1,890円）

骨盤の悩みは、なかなか人にいえないもの・・・だからこそ、自分で自分の身体をちゃんと知って、ケアすることが大切！新しく生まれ変わったひめトレの学び「骨盤底筋」のアプローチ=感覚入力を知ることで、確実に身体の機能が変化する体験をしてみましよう。真の健康を手に入れるためのお手伝いをひめトレを通して行いましょう。情報だけでは、健康は得られません。まずは、体験を通して自分の身体で受け取ることが、本当に大切なのです。

【お申し込み】サイト登録が必要（無料）

https://jcca-net.com/seminar_search/view/12638



【お問い合わせ先】からだの学舎（まなびや）Re-fit

☎072-260-4085 mail: info@karadanomanabiya.com
堺市北区中百舌鳥町5丁764-2中百舌鳥ビル2F

からだの学舎

検索

からだの学舎

Re-fit

Karada no Manabiya

