

腰痛予防トレーニング

体幹を鍛えケガをしない体を作りましょう！

詳しくはスタッフまで

日時	第2・第4月曜日	18時半～19時
会場	ダイナミックスポーツ医学研究所内	セミナールーム
持ち物	飲み物 タオル	動ける服装
料金	500円（初回無料）	

担当トレーナー

岡野 彩

大阪市出身
桜宮高校（バレーボール部）
履正社国際医療スポーツ専門学校

