

【骨格やトレーニング知識を持つ正統派トレーナーからストレッチを学びます】
一人では伸ばせないところをしっかりと伸ばし、柔軟性向上・疲労回復することができます。
さらに【最高のパフォーマンス】を発揮するために必要な方はトレーニングも行います。

対象：小学生～一般

**初回体験価格
20分 1,000円**

ペアストレッチ & トレーニング

コース	料金
15分	1,500円
30分	2,000円
45分	3,000円
60分	4,000円

■日程：トレーナーと要相談

■場所：愛鷹広域公園多目的競技場

主催：あしたかスポーツ&ネイチャーパートナーズ

協力：



トレーナー 渡邊 楽久



BDPトレーナー
現役アスリート
陸上競技 短距離 400m

2022年全日本実業団 400m 6位
2021,2022,2023年中部実業団 400m 3連覇
2022,2023静岡県選手権 400m 2連覇

愛鷹公式LINEから
お申込み →

