

OGASAKA スキーヤーズサポートキャラバン in 東京

スポーツの秋！楽しくトレーニングして運動パフォーマンスアップを目指しましょう！
すべてのスポーツのパフォーマンスアップのポイントとなる重心位置の確認と重心のコントロール、体幹の強化をメインに自身の身体をしっかりとコントロールする為のコーディネーション能力の向上を目的としたトレーニングを紹介させていただきます。下記日程のとおり計画いたしました。各スポーツにおけるベースアップトレーニングを楽しくおこないましょう。何かとお忙しい時節柄とは思いますが、皆様のご参加お待ちしております。

日 程 令和6年9月21日（土）
場 所 新宿コズミックセンター
〒169-0072 東京都新宿区大久保3-1-2
03-3232-7701
地下1階の多目的広場
参加費 2,000 円（施設使用料協力費、講習代として）
集 合 PM3:50 受付開始
解 散 PM6:30 解散
内 容 PM4:00～PM6:30 フィジカルトレーニング
持参物 陸トレ用具・保険証・筆記用具
申込みフォーム→ <https://forms.gle/UftcpiruD7jbPcNE9>

締め切り 9月17日もしくは、定員20名とさせていただきます。

注 意 *万一の事故に関しては、応急処置は致しますがその後の責任については負
い兼ねます。

(株)小賀坂スキー製作所 営業課 田島

〒380-0921 長野県長野市栗田653

TEL 026-226-0668

FAX 026-228-486

田島 E-mail azumi@ogasaka-ski.co.jp

田島携帯 090-8843-5841