

特別イベント

～潜在能力を活性化～ 参加者募集

# 体の機能を向上させるコツを、最強トレーナーに習う！

姿勢の矯正

若返り！  
健康UP

子供の能力  
を活性！

主催: Kai・遊・パーク(指定管理者株フィット)

後援: 双葉B&G海洋センター

Kai・遊・パークにおいて、12月4日(土)『体の機能を向上させるコツ教室』を開催することになりました。

講師には、山梨学院アスレチック&コンディショニング・センタートレーナーの岸邦彦さんをお迎えします。当日は、姿勢の矯正・体の動きを良くするエクササイズ・遊びながら子供の能力を活性などの内容を予定しております。

同教室では、大人の方を対象に『体の機能向上アドバイス』として、若返り体操や姿勢矯正ストレッチなど、潜在能力を活性化させたい方には必見の内容となっております。また、親子対象に『子育てアドバイス』として、スポーツの競技力向上に役立つ運動や親子でできる秘密メニューを伝授します。体の機能に興味がある方、親子での参加、スポーツ団体の指導者、是非ご参加下さい。ご応募方法は裏面の要項の通りです。



講師:  
岸 邦彦さん

スポーツ団体の指導者  
お父さん・お母さん

体の機能に  
興味のある方

可能性を  
引き出そう!

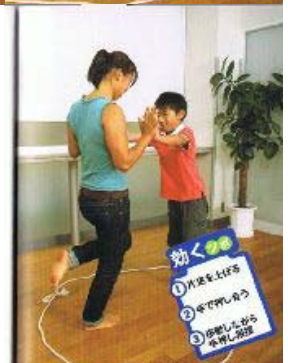


コツ①

## 「若返る！姿勢の矯正」



コツ② 「わが子  
レベルアップ」



詳しくは裏面をご覧ください。

～ 講師プロフィール ～

# 岸 邦彦さん

山梨学院大学アスレチック&コンディショニングセンター



## 岸 邦彦さん

山梨学院大学内・ヤック鍼灸整骨院代表。国立鹿屋体育大学大学院を修了後、カリフォルニア州立大学フレズノ校に留学し、アスレチック・トレーナーなどの資格を取得。水泳の荻原智子(シドニー五輪出場)・長田友喜子(アテネ五輪出場)・加藤ゆか(北京五輪)のトレーニング指導を歴任。2001年環太平洋柔道選手権全日本チームへ帯同。カリフォルニア州立大学フレズノ校に留学し、アスレチック・トレーナーなどの資格を取得。

## 内 容

- 1 準備体操
- 2 姿勢矯正
- 3 機能的ストレッチ
- 4 体の動きを良くするエクササイズ
- 5 子供の能力を活性
- 6 質疑応答



# 12/4(土)

参加費:大人500円・小中学生250円・未就学児無料

あなたの“能力”をアップするチャンスです!

## 募集要項

【会 場】 Kai・遊・パーク スタジオ

【第 1 部】 8:30～10:00 (定員 30 名)

【第 2 部】 10:30～12:00 (定員 30 名)

※どちらか一つにお申込み下さい。

【対 象】 健康で体の機能に興味がある方、  
幼児(4才)以上

【準 備】 運動靴(室内履き)、タオル、飲料水、  
運動できる服装でお越し下さい。

【申込方法】 参加費を添え Kai・遊・パーク受付  
窓口にてお申込み下さい。お電話でのご予約も  
可能です。

☆参加費納入期限 12月2日(木)

20時30分まで。参加費納入後の返金はいたしません。ご了承下さい。

# Kai・遊・パーク

## 指定管理者(株)フィッツ

甲斐市西八幡1896-2

お申込みは

TEL. 055-

# 276-4189