

第4回

# 株式会社ニッショウ 指導者・体育学生向け講習会



株式会社ニッショウ

## 「腰痛改善コンディショニング」



湘南から腰痛をなくせ!!

ニッショウ×湘南ベルマーレ 共同企画

腰とどのってるか?

2023年 **1月21日(土)**

参加費  
**無料!!**

■時間 : 13:00~14:30

■会場 : ラスカ茅ヶ崎 6F ホール会議室

■講師 : 湘南ベルマーレ 佐々木 孝之

- ・NPO法人 湘南ベルマーレスポーツクラブフィットネス&コンディショニングトレーナー
- ・NASM-PES (全米スポーツ医学アカデミー パフォーマンス向上スペシャリスト)
- ・ACSM-EP (アメリカスポーツ医学会 運動生理学者)
- ・健康運動指導士
- ・Trigger Point Performance Therapy Master Trainer



内容は「講義+実技」です。

腰痛の要因とそれに対するアプローチ方法についてお伝え致します!

実技には、室内用マット(ヨガマット)を使用し、当日無料レンタル致します!!

もちろんご持参いただいてもOKです♪



こんな方のご参加お待ちしております!!

地域トレーナー様

- ・最近ネタ切れ・・
- ・新しい提案方法を学びたい!
- ・学ぶ事により刺激を受けたい!

- ・自治会で運動について話す機会が多くなったけど不安がある・・
- ・お客様から腰痛に関して相談されることがある

ケアマネジャー様

学生様

- ・トレーニング指導にかかわる仕事がしたい!
- ・様々な業種の方と繋がりを作りたい!

お申し込み方法 : QRコードよりお願い致します。 →  
(申し込み多数の場合は抽選となります。)

★当日は検温・手指消毒・マスク着用にご協力ください★

ご不明な点は TEL:0467-53-8870(株式会社ニッショウ総務課)までご連絡ください。



主催:介護予防運動の



株式会社ニッショウ

