



トレーニングフロアには、フォームを確かめながら運動できる壁面ミラー、高性能のトレーニングマシンを設置。この他、屋外にはパフォーマンスコート等も設けられている

吉本プロは、重心の位置やクラブの使い方など細かな点の調整や、ゴルフであまり使わない箇所もあわせて鍛えることで全身のバランスを整えています。



PEP Osaka

田中健一 代表(右)

安原みどり トレーニング担当
スポーツ整形外科Nクリニックとコラボしているため、医師や理学療法士などの医療スタッフと連携をとり、故障を抱えた状態でも安心してトレーニングを受けることができる

④ 大阪府岸和田市

別所町3-10-10

☎ 072-423-8460

<http://n-cli.com/pep-osaka/>

私が惚れ込んだ
超絶テクニック

プロの かかりつけ



第15回

— MY PRIMARY CARE —

吉本ひかるプロ

お世話に
なってます!

「P E P Osaka」は、トップアスリートからスポーツ愛好家などへ向けスポーツ医学に基づいた体づくりを提供する施設。マンツーマンのパーソナルトレーニングを主に、それぞれの体にあわせた個別メニューを組み、トレーニングとコンディショニングそれぞれの専門スタッフが対応する。代表の田中健一さんは「トレーニングで結果が出ずに悩んでいる方やケガの多い方にも訪れてほしい。強化だけではなく、効率の良い身体の動かし方などを知っていただきたい」と話す。