

# ピラティスを用いた

## コンディショニング～発展編～

ピラティスのメソッドを  
取り入れたスポーツ現場での  
アクティブリラクゼーションと  
コアコンディショニング  
理論&実技 ～発展編②～

4/20(土)の発展編①に続き今回はスポーツ現場で重要な柔軟性や筋力、姿勢などの改善を目的とした脊柱に対してのコンディショニングについての講義や実技をしていただきます。

※前回 4/20(土)を受講していない新規の方も大歓迎です！お待ちしております。



日程：7月13日(土) 18:30～20:30

場所：PEP Osaka

費用：各回 5400 円

定員：10 名（先着順）

対象：トレーナー・セラピスト  
インストラクター等

### 講師紹介

乾 亮介（いぬい りょうすけ）

リハティスプラス代表

理学療法士&ピラティスインストラクター

お申込み・お問い合わせ

住所：大阪府岸和田市別所町 3-10-10 1 階 PEP Osaka

電話：072-423-8460

Mail：pep-osaka@n-cli.com（担当：東）



2019PEP セミナー