

スペシャル健康教室！

湘南ベルマーレスポーツクラブ

プロトレーナーに教わる

やせるストレッチ

Let's join us !

毎月
第2木曜日
10:30~(75分)
¥1000

定員 12名様 ※ご予約は先着順です！！

トレーナー：竹江 司 (Tsukasa Takee)
湘南ベルマーレスポーツクラブ Fitness & Conditioning 理事
Happy2Body 代表
プロアスリートから一般フィットネスまで、
カラダの使い方、トレーニング、コンディショニング指導
Trigger Point Performance Therapy Japan Master Trainer
<略歴>2022 湘南国際マラソンコンディショニングトレーナー
2022神奈川県立体育センターアスリートサポート講座 担当確定



開催中!!