



◆続・基本に立ち返るビックスリー ◆ビックスリーからの応用トレーニング

【ビックスリー完全習得】

+

- ✓ □ボディメイクへの応用
- ✓ □コンタクトスポーツへの応用
- ✓ □回旋系スポーツへの応用

2018年7月1日(日)

@大阪ハイテクノロジー専門学校
第2校舎 2Fトレーニングルーム

- 12:30~13:00 受付
13:00~14:00 基本に立ち返るビックスリー
14:10~15:10 ビックスリーからの応用トレーニング
15:20~16:20 競技特性に応じた発展的トレーニング
16:20~16:45 質疑応答・名刺交換会



島袋好一

Gravity Project代表トレーナー



栗若伸一

近畿支部支部長
SMART SYSTEM STRENGTH 所属



濱田和樹

SMART SYSTEM STRENGTH 所属



* 全て実技講習です。内履き(トレーニングシューズ)と運動できる服装をご準備下さい。

* 当日は公共の交通機関をご利用下さい。

← 昨年のワークショップ風景

【料金】

会員 ¥5,000 非会員 ¥8,000 学生(非会員) ¥3,000

【申込方法】

JATIオフィシャルサイトにて申し込み→入金
<http://www.jati.jp/>

【アクセス】

〒532-0003 大阪市淀川区宮原4丁目4-65

<http://www.osakahightech.ac.jp/school/access/>

※本館ではありません。

お間違えのないようにお越し下さい。

【お問合せ先】 info@jati.jp

JR新大阪駅 3F北口を出て「新大阪阪急ビル」経由 徒歩5分

地下鉄御堂筋線 新大阪駅 2番出口 徒歩3分

