

その身体・ケガへの黄色信号かもしれません

保護者・指導者（教員）・子ども対象

お申込み期限

11月30日（土）

身体を知り、ケガを防ぐ！
自宅でできるセルフチェック！

実際に、講師による身体の評価を受けることができます

下記のお悩みをお持ちの方は
ぜひご参加ください！

- ケガが治らない
- 競技能力が向上しない
- 最近、身体に違和感がある
- 子どもが身体のケアをしない
- ケガの予防方法が分からない



アスレティックトレーナー
石郷岡 旭

■経歴

国際武道大学大学院修了
(公財)日本スポーツ協会
(一社)3C 代表

■実績

J2 FC琉球スポットトレーナー
世界女子ソフトボール選手権
大会救護ディレクター
愛知真和学園大成中学校柔道部
トレーニング指導者
(個人・団体全国優勝、五輪選手
輩出)

日時：12月15日(日)14:00～16:00

場所：ココネリ研修室2 練馬駅北口徒歩1分

参加費：大人1,500円 高校生以下1,000円

※参加費は資料・物品代、事前振込制

定員：40名（先着順）

issya3c@gmail.com宛に

お名前・子どもの年齢・競技を送信ください

主催：一般社団法人3C（さんしー）

協賛：練馬区教育委員会

問合せ先：090-9535-9687

HP：右記QRコード参照

前回の様子はHPから！



定員が限られております。
お早めにお申込ください！