

アスリートドック 体験会開催

マラソン大会が多く開催される季節となりました。
身体の見直しをして“パフォーマンスアップ”で記録更新を目指したり、
痛みなどの不安なく完走できることを目指して、身体の見直しをして
みませんか？

アスリートドックは、身体全体の「バランス」「体幹機能」「柔軟性」に
ついてチェックと分析を行います。時間内でセルフケアの指導も行う
予定です。是非、この機会に体験してみてください！

今の身体の弱点をみつけて快適な走りを手に入れましょう！

▶ 対象

マラソンランナーなら誰でもOK

▶ 日時

平日10:00～18:00（祝祭日を除く）

所要時間：1人30分程

▶ 場所

相澤健康スポーツ医科学センター
〒390-0814 松本市本庄2-4-1

▶ 料金

2,200円(税込)

▶ お問い合わせ・ご予約

相澤健康スポーツ医科学センターJAMS

受付時間：平日9:00～18:00

070-4106-7717