

体の硬い人、腰痛の人、猫背の人は、是非ご参加ください！

第一回 プロスパー健康セミナー

どんな人でも ペタッと前屈!

入場無料
定員80名
(先着順)

体の柔軟性は、健康の土台です！子供からお年寄りまで、誰でも、やわらかい筋肉になれば、健康な体になれます。このセミナーで、柔軟性の“コツ”を手に入れましょう！

日時 2017年7月15日(土) 14:30~16:00(開場 14:00)

場所 瓦町 FLAG 8階 瓦町健康ステーション 大会議室 1

<http://www.city.takamatsu.kagawa.jp/25563.html>

募集人数 80名(先着順) ※定員となり次第、締め切らせていただきます。

プログラム 14:35 ~ 「痛くないのに どんどん柔らかくなる 魔法のストレッチ」
【講師】小倉 貞栄 (株)プロスパークラブサンダ 代表)

14:50 ~ 「どんな人でも ペタッと前屈！」
【講師】谷 けいじ (パーソナルトレーニングジム レブルス代表 高松市出身)

講師プロフィール



小倉 貞栄 (おぐら さだえ)

1947年生まれ。高松市木太町出身。
㈱プロスパークラブサンダ 代表取締役会長。
学生時代はバレーボール部・主将として全国大会で活躍。高校卒業後、実業団バレーボール部(現在の NTT 西日本女子バレーボール部)にスカウトを受け、2度の全日本優勝を達成。
地元・香川に戻り、地域の皆様への健康維持・増進をサポートすることを目指し、(株)プロスパークラブサンダを設立。スイミング・ジム・各種プログラムを通じ、子供からシニアまで幅広い年齢の方々の健康維持をサポート。2016年に創立30周年を迎えた。70歳を迎えた現在も、スタジオでの指導、講演等を通じて、多くの方々の「心と体の健康づくり」を応援している。

谷 けいじ (たに けいじ)

1986年生まれ。高松市出身。福岡大学スポーツ科学部卒。
パーソナルトレーニングジム レブルス代表。
大学卒業後、有名オリンピックトレーナーの元で技術を磨く。その後、トレーニング現場で経験を積み、病院のリハビリテーション、介護施設に活動の場を移し、要介護認定を受けている方々のリハビリを担当。
これまで2歳から105歳まで、トップアスリートから一部上場企業の経営者などのビジネスエリート層、さらには寝たきりの高齢者まで、マンツーマントレーニングを中心に2,000名以上のトレーニング指導に従事する。
現在もトレーナー活動と並行して東京都内中心に講演活動、小学校での課外授業を行うほか、ラジオパーソナリティ、雑誌連載、TV出演など活動の幅を広げている。



申込方法

電話・FAX またはメールで受付します。

【TEL】 0120-30-8688

【FAX】 087-837-0801

【Mail】 sanda@eos.ocn.ne.jp

※携帯電話のメール受信許可設定について
当クラブからの確認メールが受信できない場合は、メールの受信拒否が設定されている場合があります。携帯電話でドメイン指定受信を設定されている場合は、「@sanda-swimming.com」からのメールを受け取れるよう設定をお願いいたします。

- 【記載事項】① 氏名 (お申込み者全員分)
② 住所
③ 電話番号 or Mail アドレス

【申込締切】平成29年7月5日(水)

開催者・お問い合わせ先



(株)プロスパークラブサンダ

〒760-0080 香川県高松市木太町5区 2702-1

0120-30-8688

087-837-0801 sanda@eos.ocn.ne.jp

