

総合型地域スポーツクラブ SUERTE通信 Vol.13

スポーツリズムトレーニング講習会を行いました！
スポーツリズムトレーニング協会の講師にお越しいただき、
プロスポーツチームやEXILEが行っているトレーニングを体験しました！



EXILEでも取り入れられている、コアトレーニングも行いました！



リズムに合わせて楽しくハードに
トレーニングを行いました！

今後とも継続してリズムトレーニングや
講習会を行っていきます。



スポーツくらぶ



特定非営利活動法人SUERTE(スエルテ)

TEL:0467-51-7855

MAIL:support@npo-suerte.net

WEB:<http://www.npo-suerte.net>