



第20回 オンライン講習会

機能解剖から読み解く 身体を守るための5つの方法

100歳までプールサイドに立ち続けるための
機能的な身体の使い方



2025 10 月 5 日 日

zoom 10:00~12:00

※アーカイブ受講もごさいます

受講料

一般：¥7,700 (¥7,000+消費税)

認定者：¥4,400 (¥4,000+消費税)

【講師】太田 藍

AEA・ATRI・WATSU認定者
継続教育点数各2点ずつ

- ・SP-Body パーソナルトレーニングジム・ディレクター
- ・2018年 IAFC (アクアフィットネス国際総会)
日本代表プレゼンター
- ・『月経コンディショニング』考案者

現在パーソナルトレーナーとして活動しています。
認知症の高齢者施設でもパーソナルトレーニング指導をしていますが、
人の身体は膝、腰、股関節のポジションがいかに重要かを学びました。
プールサイドで体に負担のかからない動作、身体の使い方をお伝えします。

お申し込み & 詳しくはこちらから

アクアダYNAMIX研究所



045-544-9098

<https://www.aqua-adi.co.jp>

