



JSTA認定校部会 × リュクスセラピストスクール 共催企画

# 【スポーツストレッチ講座】

2019年 3月 26日 火

13:00~15:30 (受付開始12:30~)

ケガ予防や運動能力を上げたい方、スポーツ大会での活用、お子様のケアに正しく効果的なストレッチを学びましょう。

**内容** ストレッチ理論・各種ストレッチの実践  
(自己流になりがちな部分を筋の状況を把握しながら進めてまいります。)

**講師** 相川 貴裕氏  
朝日医療専門学校広島校 鍼灸学科 教員  
鍼灸あん摩マッサージ指圧師  
日本体育協会公認アスレチックトレーナー 他  
13年間のトレーナー実績を持ち、現在も実業団や国体チーム、全国に名を轟かせている広島県立世羅高等学校 陸上競技部の専属トレーナーとして活躍中。

【お問合せ】 リュクスセラピストスクール

〒730-0036

広島県広島市中区袋町5-7 栗林ビル2F

☎ 082-567-5248 ☒ school@lux-aroma.jp



## 【会場】

合人社ウェンディひとまちプラザ  
(市民交流プラザ)  
ギャラリーA (北棟 4F)

広島市中区袋町6-36

☎ 082-545-3911

## 【受講料】

正会員 3,500円

一般 4,500円

※お申込み後、振込先をお知らせします。

## 【募集人数】

先着 30名

## 【締切】

3/20 (水)

## 【準備物】

筆記用具、動きやすい服装  
ヨガマット (ない方はバスタオル)

## 【応募】

どなたでもご応募いただけます。

メールにてお申込み下さい。

☒ school@lux-aroma.jp

※ 件名 | スポーツストレッチ講座 応募  
本文 | お名前、住所、連絡先