

頭痛・肩こり・腰痛・股関節痛・ひざ痛に効く！

体軸を通せば

すべてのカラダの悩みは解消する

セミナー

先着 **5** 名様
限定
参加無料

※定員に達し次第、締め切りとさせていただきます。予めご了承ください。

セミナーテーマ

痛みや不調の根本原因は
「体軸の崩れから」だった

途中参加
途中退場
OKです!!

日時・会場

2025年 9月 24日 水

16:15~17:30 開場16:00 18:00完全撤収

※進行上の都合により、終了予定時刻を延長する場合がございます。予めご了承ください。

駒込えぜる診療所

〒114-0015 東京都北区中里1-10-6 駒込Kビル4階

講師

比嘉 洋貴（ひが ひろき）

トレーナー歴13年。120kgから40kgのダイエットに成功。ラグビー選手とボディビルダーを経て、パーソナルトレーナーとして、述べ1,300人以上を指導。駒込えぜる診療所芳賀院長と駒込エリムガーデンを創設。現在は体軸道創始者として慢性痛解消セミナーに尽力している。



プログラム

16:15 講義

- ・ 体軸とは何か
- ・ 脱力の重要性と基本
- ・ 姿勢・呼吸・骨盤の関係性
- ・ よくある痛みと体軸の関係

17:00 実技&デモンストレーション

- ・ 脱力！簡単動作チェック
- ・ 日常実践ポイント
- ・ 体型診断
- ・ デモンストレーション

17:30 質疑応答

注意事項

※医療行為ではありません。
※当講座に合わないと感じた場合こちらからお断りさせていただきます。あらかじめご了承ください。
※セミナー終了時間は前後する場合がございます。
※当日は記録・広報のために撮影させていただく場合がございます。広報などに使用する場合には、お名前・お顔などがわからないようモザイク・切り取り編集いたします。

セミナーはご自身のスマホで撮影可能です。他のセミナー参加者が映らないようにご配慮ください。
また、撮影いただいた写真や動画は、ぜひSNSでハッシュタグ #体軸道 をつけてシェアしていただけましたら嬉しいです。

【主催】体軸道事務局

✉ : taijikudo2933@gmail.com

お申込み
はこちら

右記のQRコードより
お申込みください。

