

元 気 は つ ら つ !

SUKU SUKU

T R A I N I N G

業界初!

“子供の潜在能力をひき出す” 魔法の体操!

「すくすくトレーニング」オープン!!

<http://www.suku-training.jp>

子供の体の状態をご存知ですか?

ほとんどの子供たちは、よくみると足の長さが左右違っていたり、肩の位置が左右違っていたり、体のアンバランスを抱えています。

生活習慣や癖によって、骨盤や背骨などにゆがみが生じるためですが、これがひどくなると、どこかに負担がかかり、腰痛や膝痛などの痛みが生じたりすることもあります。

また、サッカーや野球などのスポーツに打ち込んでいくうちに、体のバランスが少しずつずれていくため、痛みがでないまでも、ベストな力を出せない状態になっている可能性もあります。



すくすくトレーニングとは?

様々なコンディショニングテクニックを融合させた独自のプログラムにより、まず子供たちの姿勢やバランスをチェックします。それを基に、一人一人にあったトレーニングを組み、バランスボールやストレッチポールなどを使って、体の歪みやバランスの崩れを直していきます。バランスを改善し、習慣化させることで、姿勢が改善されることはもちろん、体の可動域が増え、パフォーマンスがよくなるケースも多くあるのです。子供に特化した、業界初のプログラムとして注目を浴びています。

こんな子供たちに向けています!

子供の身長伸びが悪い、姿勢が悪い、運動が苦手、成長痛に悩んでいる、猫背・O脚がひどい、集中力がない、スポーツの能力を高めたい、といったお子様にご好評頂いております。

親子で参加できます!

親御さんも一緒に参加して頂けるプログラムになっております。親御さんのバランス改善だけでなく、お子様とのコミュニケーションをより深く取れるきっかけにもなりますよ♪

すくすくトレーニング (運営: (有)ルーティ)

東京都港区東麻布1-7-9-201

TEL: 0120-672-678

Email: toiawase@suku-noppo.jp

担当トレーナー: 頼、奥野