



腰痛・肩痛解消!!コロナ運動不足
解消しませんか?



可動域UP運動 &

参加料無料!!
(ゴルフハーフプレー代¥5,290のみ)

ゴルフイベント

日時：2021年8月7日(土) 13:00開始

13:00~15:00：可動域UPの為の講習及び実践運動

15:00~17:00：ゴルフハーフプレー（9ホール）

人数：12名

料金：5,290円(税込み)

予約：フロントまで ☎:0898-54-3478

会場：松山シーサイドカントリークラブ

腰の痛み、肩の痛みによって
思うようにゴルフができない!!
そんなお悩みをお持ちの方が多いです
でも腰痛は運動で解消できます
身体の使い方をエクササイズで感じて
いただきゴルフを楽しみましょう♪
思いのほか飛距離も出るかも....☆

【トレーナー紹介】

名前：城戸 瑞穂

職業：鍼灸師、トレーナー

経歴：体幹(背骨)専門サロン勤務

パーソナル治療&トレーニング

プロ・アマチュアゴルフトレーニング指導

小・中・高・社会人野球トレーニング指導 等

