

テーマ「肩凝りに対する  
ストレッチ・トレーニング」

参加費  
無料

日時 2022年12月15日 木 15時～16時

オンラインセミナー形式で開催いたします(14時30分より入室可能)

バイタルネット硬式野球部トレーナー  
メディカルトレーナー・鍼灸師

講師

浦木 洋土 先生

Hiroto uraki

講師紹介

- ・トレーナー派遣業務  
(各種チーム・個人)
- ・トレーニング  
& コンディショニング指導
- ・治療・往診(鍼灸治療)

トレーナー実績

- ・バイタルネット硬式野球部トレーナー
- ・カナックスコーポレーション硬式野球部
- ・東京ガス株式会社硬式野球部



事業所のスタッフ様におすすめ!

プロのトレーナーから  
伝授してもらおう!

このような方におすすめのセミナーです!

職業がデスクワークを  
中心としているので  
首や肩が凝る!



どちらかというと  
肉体労働派である

とにかく忙しく  
自分の体調管理は  
二の次だ



〈テーマ〉 『**肩凝りに対する  
ストレッチ・トレーニング**』

講師

メディカルトレーナー  
鍼灸師

**浦木 洋土 先生**

日時

2022年12月15日（木）  
15時～16時（OPEN14時30分）



zoom

**Zoom**を使用したの  
オンラインセミナーで開催いたします

下記のQRコードからwebでの  
お申し込みを推奨しております  
前日までに視聴用の招待URLをメールへお送りいたします



FAX送信先 022-343-5058



[https://form.k3r.jp/lime\\_kenko/lifeup202212](https://form.k3r.jp/lime_kenko/lifeup202212)

FAXお申し込み書

御施設名

御住所

ご連絡先電話番号

e-mail アドレス

参加者ご芳名

**LIME**  
ライム

0120-506-150

想いをつなぐ。明日へ挑む。  
**バイタルネット**

セミナー  
申し込み

右記のQRコードからwebでのお申し込みを  
推奨しております。  
前日までに視聴用のURLをメールへお送り  
いたします。  
FAX申込書もご利用いただけます。

