

飛距離アップ

～ゴルフフィットネスレッスン～

こんな方は是非ご参加ください!

- ☒ 体に負担をかけず、ラクラク振って
ガンガン飛ばしたい!という方!
- ☒ 飛距離が落ちてきたな～と
悩んでいる方...
- ☒ スコアが伸びない...
レベルアップしたい方!
- ☒ いつまでも末永く元気に
ゴルフを続けたい方!!!



講師紹介



小森 剛 氏
(こもり つよし)

一般社団法人
日本健康ゴルフ推進機構 会長

【資格】 コンディショニング・ゴルフインストラクター
ゴルフフィットネストレーナー・アドバンスド
ピラティスインストラクター

参加者大募集

3/24(月):Tスタジオ

オンライン会場

Y:2号館3Fホール

I:いなスタ 【自宅参加OK!】

スタート

18:00～(1h)

- 動きやすい服装(作業着可)
- **無料!**
- 水分・チューブorタオル
(←オンライン参加のみ)

お問い合わせ



<https://forms.office.com/r/Xb20UjadDi>

安全健康推進部 健康企画推進室 高杉・谷口
内線: 87-2048 外線: 090-3586-0035