



人人々の健康のために

国際エロンゲーション・トレーニング協会
International Elongation Training Association

---- Stretching while Training ・ Activeなトレーニングを求めてて ----



Elongation
Training

指導者講習会

2018

4/21 (土)

10:00~16:00

会場：首都大学東京荒川キャンパス

〒116-8551 東京都荒川区東尾久7-2-10

問合せ： 国際エロンゲーショントレーニング協会
事務局 fms.inc.japan@gmail.com

エロンゲーショントレーニングとは、エロンゲーションバンドを使用した全く新しいトレーニング方法です。

体幹と手足を同時にトレーニングすることで柔軟性と体力、バランス能力を高め、健康な身体作りをサポートします。

全国にて体験会・指導者講習会を開催しています。

この機会に是非エロンゲーショントレーニングの効果をご体験ください。

詳しくは国際エロンゲーショントレーニング協会HPよりご参照ください。

国際エロンゲーショントレーニング協会

検索