

■北海道・札幌地区JHCA推奨ワークショップ

日程	時間	内容	料金
12月2日(日)	10:00～13:00	HCベーシックセミナーのフォローアップ	単発:4,000円
	14:00～17:00	症例別コンディショニング&トレーニング～腰～	2講座:6,500円
12月16日(日)	10:00～12:00	トレーニングに繋げる! 日常動作・スポーツ動作向上の為のコンディショニング～全身～	単発:3,000円
	13:00～15:00	体軸トレーニング部～全身のベーシックトレーニング～	2講座:4,500円
1月13日(日)	10:00～12:00	トレーニングに繋げる! 日常動作・スポーツ動作向上の為のコンディショニング～体幹～	単発:3,000円
	13:00～15:00	体軸トレーニング部～体幹のトレーニング～	2講座:4,500円
1月27日(日)	10:00～13:00	症例別コンディショニング&トレーニング～骨盤帯・股関節～	単発:4,000円
	14:00～17:00	症例別コンディショニング&トレーニング～膝～	2講座:6,500円
2月3日(日)	10:00～12:00	トレーニングに繋げる! 日常動作・スポーツ動作向上の為のコンディショニング～下肢～	単発:3,000円
	13:00～15:00	体軸トレーニング部～下肢のトレーニング～	2講座:4,500円
2月17日(日)	10:00～13:00	症例別コンディショニング&トレーニング～足関節・足根骨～	単発:4,000円
	14:00～17:00	症例別コンディショニング&トレーニング～頭蓋・頸部～	2講座:6,500円
3月17日(日)	10:00～13:00	症例別コンディショニング&トレーニング～肩～	単発:4,000円
	14:00～17:00	症例別コンディショニング&トレーニング～腰～	2講座:6,500円
3月31日(日)	10:00～12:00	トレーニングに繋げる! 日常動作・スポーツ動作向上の為のコンディショニング～上肢～	単発:3,000円
	13:00～15:00	体軸トレーニング部～上肢のトレーニング～	2講座:4,500円
4月14日(日)	10:00～12:00	トレーニングに繋げる! 日常動作・スポーツ動作向上の為のコンディショニング～全身～	単発:3,000円
	13:00～15:00	体軸トレーニング部～全身のベーシックトレーニング～	2講座:4,500円
4月21日(日)	10:00～13:00	症例別コンディショニング&トレーニング～その症状と上肢との関連性～	単発:4,000円
	14:00～17:00	症例別コンディショニング&トレーニング～その症状と下肢との関連性～	2講座:6,500円

会場: はやしはり灸整骨院(〒067-0031 北海道江別市元町27-7)

お問合せ: ORUURO 代表: 上山 純一

TEL: 080-5432-7611 E-mail: junichi_101@hotmail.com