

知っているようで知らない！
ストレッチの有資格者が教える！

ストレッチ講習会

令和7年10月26日(日)



講師：豊田

実績

SUMMERSTYLEAWARD
2018年 千葉大会 優勝
KING OF KINGS
2019年 東京大会 優勝
SUMMERSTYLEAWARD
2020年 大阪大会 優勝
SUMMERSTYLEAWARD
2024年 京都大会 優勝

参加者募集中

お電話または
受付へ

TEL 0532-31-4781



タイムスケジュール

10:00

座学

ストレッチ基礎知識・応用知識

11:30

実技

12:00

座学



ストレッチの基礎知識から応用知識
までをしっかり学んでいただける
プログラムを行います！
正しい知識を身に付けることで、日
常のストレッチや運動が向上してい
きます！

実践



座学で学んだ、ストレッチや呼吸法を
実践にて体験していただきます！
初心者の方でも安心して実施
していただける内容を行います！

日程 令和7年10月26日(日)

時間 10:00～12:00

場所 スタジオ

定員 20名 講師 豊田

料金 2,000円(税込)

アクアリーナ豊橋受付窓口または
お電話にて承ります。

※イベント1週間前までの
ご入金をお願いいたします。
ご入金が確認できない場合は
キャンセルとなります。

アクアリーナ豊橋
〒441-8077

愛知県豊橋市神野新田町字メノ割1-3
指定管理者：ハマダスポーツ企画・日本管財グループ

お問い合わせ

0532-31-4781