

骨格やトレーニング知識を持つ正トレーナーからストレッチを学びたい方一人では伸ばせないところをしっかりと伸ばし、柔軟性向上・疲労回復することができます。さらに【最高のパフォーマンス】を発揮するために必要な方はトレーニングも行います。

対象：小学生～一般

初回体験価格
20分 1,000円

ペアストレッチ & トレーニング

コース	料金
15分	1,500円
30分	2,000円
45分	3,000円
60分	4,000円

- 日程：トレーナーと要相談
- 場所：愛鷹広域公園多目的競技場

トレーナー 渡邊 楽久



BDPトレーナー
現役アスリート
陸上競技 短距離 400m

2022年全日本実業団 400m 6位
2021,2022,2023年中部実業団 400m 3連覇
2022,2023静岡県選手権 400m 2連覇

主催：あしたかスポーツ&ネイチャーパートナーズ

愛鷹公式LINEから
お申込み →

協力：



お問い合わせ先：お申し込み先 愛鷹広域公園管理事務所 TEL: 055-924-8878