



静岡市



Health & Natural Beauty

日本ロングライフ



事業受託：日本ロングライフ株式会社



Health & Natural Beauty

ヘルス&ナチュラルビューティ スポーツプログラム

美しい姿勢と歩き方！

プライマリーウォーキング® セミナー



講師プロフィール

プライマリーウォーキング®
指導者協会

岡本啓司氏

鍼灸・整体師、運動指導士。横浜高校、駒澤大学の硬式野球部に活躍。現在は医師や理学療法士などの専門家たちとともにプライマリーウォーキング®の指導、普及に当たる。

プライマリーウォーキング®は『鍛えない』『頑張らない』『力をいれない』。赤ちゃんの初期歩行をモデルとした、より少ない筋力で立って・歩く行動療法の為老若男女問わず簡単に始められるプログラムとなっております。

プライマリーウォーキング®の創始者であり、指導者協会会長である岡本啓司氏をお迎えしたセミナーを企画致しました。

皆様お誘い合わせの上、ぜひご参加ください。

新型コロナウイルス感染症拡大対策として、お客様および職員のマスクの着用・アルコール消毒などによる衛生管理や体調管理を徹底したうえで、予約制・少人数制にて実施させていただきます。

日時 2021年4月21日(水) 14時 ※13時30分開場

場所 札の辻クロスホール
〒420-0031 静岡市葵区呉服町1丁目30番札の辻クロス6階

参加費 無料

お申込 日本ロングライフ お客様相談室へお電話にてお申込
☎️ 0120-550-294
9時~18時 年中無休

締切 4月18日(日)まで

プライマリーウォーキング®とは

鍼灸・整体の治療家である岡本啓司氏が24年以上の臨床を基に生み出した物理的・骨格的に理にかなったウォーキング法です。

プライマリーウォーキング®の効果

プライマリーウォーキング®は医療・美容・運動 3つの観点から効果があるとされています。

医療

腰痛・肩こり・頭痛改善
猫背の改善
手足の冷え改善 etc...

美容

〇脚X脚改善
むくみ改善
代謝アップ etc...

運動

楽に歩ける・走れる
スポーツのパフォーマンスが上がる
スポーツ障害の改善 etc...

※効果には個人差がございます。

Health & Natural Beauty

ロングライフはヘルス&ナチュラルビューティ

人生100年時代。どれだけ健康やかに、自由に日常生活を送ることができるか。スポーツ、フード、ビューティの各分野に第一人者を迎え、ロングライフ独自で開発した「ずっと健康に」「ずっと美しく」ありたいという願いを叶える先進的メソッドです。



詳しくは
WEBで



Health & Natural Beauty

日本ロングライフ



ロングライフホールディングス
証券コード:4355

お客様相談室

☎️ 0120-550-294

ここわ ふくし

受付時間
9:00~18:00
年中無休

東京本社：〒100-0004 東京都千代田区大手町1-6-1 大手町ビル9階
大阪本社：〒530-0015 大阪府北区中崎西2-4-12 梅田センタービル25階
静岡支社：〒420-0031 静岡県静岡市葵区呉服町1-30 札の辻クロス8階

日本ロングライフ(株)は
ロングライフグループです

www.j-longlife.co.jp 日本ロングライフ 検索