



幼児(4才以上)・小学生 対象

今なら保護者様への
お得な特典もあり!

子供向けの体幹パーソナルトレーニングをはじめました!

現役整体師の“マンツーマン指導”で**価値ある習い事時間**を☆
頭と身体の神経伝達、運動能力向上をサポート!



クラスでも目立つ
運動神経が良い子に
育ってもらいたいなあ

姿勢がもう今から猫背...
姿勢の悪さが気になる...
変わらせるきっかけを!

この子が自分からやりたいと
言ったことが見つかるまで、
色々な感覚を積みませたい!

今習っている競技の
レベルアップをする為の
トレーニングをさせたい!



※ゴールデンエイジ時期の過ごし方が今後の成長を左右します!

※子供の身体能力、運動神経がググッと著しく発達する年代

マンツーマン紹介 (☆教員免許資格保持)



ひまわり整体院 代表
岩淵 陵平
Ryohei Iwafuchi

専門競技: サッカー

※サッカー指導コースも
あります。

指導場所は「ひまわり整体院」敷地内の特設人工芝コートです。
平日夕方の時間帯(15:40~、16:50~)と土曜日、**1日2枠限定**で行ないます。
月に2度のレッスン日を設け「体幹・運動指導」、そして2~3回に1度のペースで
「整体・姿勢指導」を受けてもらうことで、**成長への強固なサポート**を致します。
1人は勿論、友達・兄弟と一緒にでも受けられるので、ぜひご検討ください♪
長時間のゲームやYouTubeよりためになることをお子様にさせませんか?

資格

- ・身体均整法施術均整法整体師
- ・内臓調整療法師
- ・高等学校教諭 I 種免許 (保健体育)
- ・(財)日本体育協会公認スポーツリーダー
- ・アスリートフードマイスター 3級 <※本年度取得予定>

競技歴 (22年)

- [小学] 希望ヶ丘SC(長岡市) <主将>
- [中学] 長岡ビルボードFC <主将>
- [高校] アルビレックス新潟 U-18 <主将>
- [大学] 新潟大学サッカー部 <主将>
- [社会] 新潟モナルカ(フットサル北信越リーグ1部所属)
リゾカレ新潟(社会人新潟県1部リーグ所属)

選手歴

- U-12中越選抜 / U-12新潟県選抜 選出
- U-15新潟県選抜 / U-15北信越選抜 選出
- アルビレックス新潟 U-18 /
※Jサテライトリーグ(アルビトップチーム)招集&出場
- 北信越大学サッカーリーグ1部 ベストイレブン 選出
☆全国大会計5度出場

子ども向け体幹バランストレーニングの効果

運動能力の向上

深部の‘核’を鍛えることで 身体の動きが変わる

今後の成長過程のなかで
いくら筋肉が発達しても、
その筋肉を効率よく使えないと
意味がありません。
身体&頭脳を使った指導で
神経伝達を刺激し、
運動能力を向上させます。

良い姿勢の維持

体幹には身体を支え 維持する働きがある

体幹が弱いと姿勢が維持できず
集中力の散漫に繋がります。
また、身体の歪みを生み、
各所内臓器の機能低下を
引き起こす原因にもなります。
やるなら早いうちがオススメ。

学習意欲の向上

姿勢がよくなると 自己抑制力、学習意欲向上に 繋がった研究結果も報告

体幹を鍛える為の運動を
複数の子供へ実施したところ、
上記試験結果も合わせて報告。
一石二鳥……、
いや、今後の人生を踏まえると
それ以上の喜びが期待！

指導内容 ※ほんの一例です

<体幹トレーニング(TR)>

基本姿勢維持(自重TR)の方法
各種器具を使用したバランス維持TR 他

<頭脳と身体を刺激するコーディネーションTR>

色彩瞬間判断・条件制限付きTR 他

<その他 姿勢・歪み改善サポート>

定期整体
栄養摂取・各種ストレッチ方法 指導 他

練習時間帯

	月	火	水	木	金	土
15:40~16:40	○	○	○	○	○	※
16:50~17:50	○	○	○	○	○	※

※土曜日の指導は、時間帯を事前に調整(9:00~17:50)

【レッスン料金(税込)】 毎月1回目の指導時にお支払いください。
-1人あたりの料金- ☆入会金等はありません。

	お試しレッスン(45分) [ご希望者/1回のみ]	¥1,000-
個人	月/2回(60分x2) コース	月額 ¥6,000-
	単発レッスン(60分)	1回 ¥4,500-
※グループ	月/2回(60分x2) コース	月額 ¥5,000-
	月/2回(60分x2) [☆兄弟]	月額 ¥4,500-
	単発レッスン(60分)	1回 ¥4,000-

※グループレッスンの略。友達or兄弟と一緒に練習(指導者1名:選手2名)
‘完全マンツーマン’ではなくなりますが、価格はお得です。
グループの場合、「定期整体」の日は、各人‘30分整体’となります。
◎上記レッスン料金には、ご家庭での自主トレーニングメニューのアドバイスや、
復習や意識変化を目的とした『特製 振り返りノート』でのやりとりも
含んでおります。<価値ある習い事時間>をお約束致します。

2020年6月 新規募集につき、今なら、なななんと!!!



◎お申込み先着10名の保護者の皆様へ特典☆! ご挨拶も兼ねて

『大人60分 全身整体無料券(通常¥5,000-)』をプレゼント 致します。

※各種「月/2回コース」申込に限る。1家族様1枚まで。施術者の指名はできません。

☆ご興味のあるお客様は<TEL:080-8914-9256>までお願い致します。(既存ひまわり会員の方はLINEでも可)

☆お店の詳細はコチラ ⇒ [当店HP]



[instagram]

