



お子様の未来を見据えた満足度抜群の習い事

ひまわり整体院整体師 体幹パーソナルトレーニング (4~12歳児のお子様対象)

頭と身体の神経伝達、運動能力向上をサポート！ 飽きさせないマンツーマンの充実指導で価値ある習い事時間を提供☆



クラスでも目立つ 運動神経が良い子に育ってほしい！

とにかくジッと立てない... 姿勢が今から猫背... 変わらせるきっかけを！

大勢の子がいるチームに入る前に まずは基本的な動作を含め 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

マンツーマンコーチ紹介 (☆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

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。昨年よりスタートさせたこの取り組みは、おかげさまで近隣の西蒲区の子ども達だけでなく、東区や中央区、西区、南区、秋葉区といった市内様々な地域のご家庭のお子様よりご利用して頂いており、私が整体師の道を歩む際の一つの目標であった事業に共感・評価頂いております。今年も質の高い体幹指導+本格的な身体ケアを通し、お子様の成長を強固にサポート致します。1人は勿論、お友達・兄弟・姉妹と一緒にでも受けられるので、ぜひご検討ください。(裏面参照) 変わる子を沢山見てきました。期待をもって私に指導をお任せ頂ければと思います！

※サッカー指導コースもあります。

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
・スポーツ栄養プランナー <※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
身体や脳・筋肉が発達しても、
**その機能の『使い方・育て方』を
知らないと勿体ないです。**
身体&頭脳を使った飽きない
メニュー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、
筋肉や内臓器の機能低下を
引き起こす原因にもなります。
良い姿勢を早いうちから習慣化。

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、
上記試験結果が見られた。
**運動パフォーマンスは勿論
学習意欲向上にも繋がりに
嬉しいこと尽くし！**

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 (60分枠/要予約)

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

△土日の指導可能枠は、日/2枠埋まり次第終了(9:00~17:50)。
○日没時間ふまえ、季節により対応可能な時間帯の変更調整あり。
○雨天時は、室内(施術部屋)で整体orトレーニングを実施。

【レッスン料金(税込)】 -1人あたりの料金-

月/2回レッスンを受講のお客様は、毎月1回目の
指導時に現金でお支払いください。
☆定期券購入時のみクレジットカード支払い可。

お試しレッスン (希望者/1回のみ)		小学生	45分	¥ 1,000-
		未就学児(4~6歳)	30分	¥ 500-
個人	月/2回 レッスン	小学生SPコース※	60分x2回	¥ 6,000-
		小学生STDコース	60分x2回	¥ 5,000-
		未就学児(4~6歳)	40分x2回	¥ 3,000-
	単発レッスン	小学生	60分	¥ 4,000-
		未就学児(4~6歳)	40分	¥ 2,000-
		<New> 定期10回券 (有効期限: 購入日より5ヶ月)	小学生SPコース※	60分x10回
グループ (二名)	月/2回 レッスン	小学生SPコース※	60分x2回	¥ 5,000-
		小学生STDコース	60分x2回	¥ 4,500-
		兄弟姉妹コース	60分x2回	¥ 4,000-
	<New> 定期10回券 (有効期限: 購入日より5ヶ月)	小学生SPコース※	60分x10回	¥ 22,000-
		小学生STDコース	60分x10回	¥ 19,500-
		兄弟姉妹コース	60分x10回	¥ 17,000-

※スペシャルコースの略。毎回のトレーニング後に必ず『振り返りシート』の提出が義務。
その内容をもとに指導者が『アドバイスシート』を配布し情報・状況を共有。
必要に応じて『Zoom』を用い、在宅で悩み相談も行ない成長を手厚くサポート。
◎ 2021年4月より、[定期10回券]を販売。こちら最大月4回までご利用可。
但し、共有は不可(兄弟間もNG)。グループLの場合は毎回両名参加が条件。
ご希望のお客様へは、オンラインレッスン指導にも対応予定。(要相談)

2021年 4月スタート生 募集！！



◎お申込み先着5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。

※ お試しレッスン、単発レッスンの場合は対象外。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]

