

平成27年度4月のサポート講義の予定



4月2日(木曜日) コンディショニングケアサポート

講師: 野原 淳(NPO法人ケアユナイテッド)

対象: 塾生全員 18:00~21:00

場所: ドrawn塾

内容: ケガや故障のケア方法を個別で処置や対処法をサポートいたします。

(ケガや故障がある塾生には、個々にその処置や対処法等のサポートを致します。)

簡単なエクササイズ指導など

※当日の野球の指導は通常どおり行います。

※こちらは特別予約がありませんので、ご都合のつく塾生は、是非当日お越しください。

4月7日(火曜日) トレーニングサポート

講師: 森田 憲吾(NPO法人ケアユナイテッド)

対象: 小学生 19:00~20:00

中学生 20:00~21:00

場所: ドrawn塾

内容: 年代別にあつたトレーニング指導を計画的に行います。

※こちらは特別予約がありませんので、ご都合のつく塾生は、是非当日お越しください。

※申し訳ございませんが、トレーニングサポートの日は野球指導を行えません。

火曜日に該当する塾生は、代替日について事務局よりご連絡致します。

新年度が始まりました。

新しい学年に上がり、塾生の皆さんも気持ちを一新して日々を過ごされていることと思います。
“新年度”“新学年”“新生活”の始まるこの季節は生活パターンが大きく変わり、
体調を崩しやすい時期です。

バランスの良い食事・適度な運動・活動と休養のバランスを心掛け、
毎日を大切に過ごしましょう。

