

毎回定員の人気  
コラボセミナー第5弾

限定  
40名

# バドミントンのテクニックと 上手なカラダの使い方講習会



北海道唯一の  
プロバドミントンコーチ  
ノーススタークリエイション代表理事

## 三上 裕司



プロアスリートの  
コンディショニングトレーナー  
FORH BODY PERFORMANCE Inc. / CEO

## 森田 敦

日時

9月18日(日) 9:30 - 12:30 (受付9:10~)

場所

光生舎ゆいま〜る・もみじ台体育館 (旧 もみじ台南小学校)  
札幌市厚別区もみじ台南3丁目4

料金

現地参加 **4,000円**

内容

1. プロが教える最新のコンディショニング理論
2. フットワークと動き出し強化術
3. ネット前の身体のバランスと左足(右利きの場合)の活用
4. 胸郭を活かしたオーバーヘッドストロークの習得
5. 質疑応答

対象

小/中/高校生/一般/指導者

お申込

右のQRコードを読み込み  
必要事項を入力しお申込みください



新型コロナウイルス感染防止のため現地参加の方には体温測定、アルコール消毒の徹底と体育館内で定められている基準に基づき運営いたします。現地参加の方はシャトルを2つご持参ください。お問い合わせはこちらまで。 [info@forh.jp](mailto:info@forh.jp)

【主催】 ノーススタークリエイション / FORH BODY PERFORMANCE