

JUNIOR TRAINING

ジュニアの為のトレーニング



成長に合わせた安全な運動指導を！

- ・より速く走りたい
- ・より高くジャンプしたい
- ・ケガをせずに次のステージへ
- ・プロ選手を目指したい

子供の身体は大人のミニチュアではありません。また子供と言ってもひとくくりで考えてはいけません。

各年代でその時期にどの要素を導入して、強化するのか、または実施してはいけないのかを考えて運動を行なうことで『成長に合わせた安全な運動指導を！』提供致します。



【トレーニング料金】

- 1対1 (パーソナルトレーニング)
月4回 (週1回 60分) 21,000円
- 集団、チームトレーニング(3名～応相談)
1回60分 10,500円



【TEL】 088-856-8310

You Style では、
**1流アスリートを目指す
キッズを応援します！**

