

★ **スポーツトレーナーが**
医学面(メディカル)と運動面(スポーツ)をアローキした
運動教室を指導します ★

無料体験
受付中

機能解剖学を基にした
ストレッチ指導!



★ **年会費&入会費**
無料 ★

はじめてさんも
ジュニアアスリートも大歓迎 **スポーツトレーナーが考えた**
楽しいレッスン募集中!

年齢や目標に合わせた
フィジカル測定!



★ **未就学児~小学生に身につけてほしい**
36の動き指導! ★

★ **専門スポーツに関連する**
動作評価! ★

メディカルスポーツ教室
パーソナル教室
入会者募集中



メディカルスポーツ塾
Hanako

お問い合わせ・お申し込み

メディカルスポーツ塾 Hanako
<https://hanako-msj.com>

✉ ryotaki611@gmail.com

☎ 080-1807-6837 (大瀬)

メディカルスポーツ塾 Hanako 🔍

公式サイト



Instagram



一貫性のある
「からだづくり」と「うごきづくり」

メディカルスポーツ塾Hanako 2つのオリジナルメニュー

幼児～小学生対象

メディカルスポーツ教室

こんなお子様にオススメです！

- ◎ スポーツを始めたいが何をすればいいかわからない
- ◎ いろいろなスポーツ動作を経験させたい
- ◎ トレーナーからケガ予防方法を学んでみたい

料金：税込5,280円
頻度：45分間(月4回)

メディカルフィードバック

3ヶ月ごとに、体力、姿勢、身体機能を評価したメディカルフィードバックを提供。医学的観点から課題点を見つけ、克服に向けて成長と進歩をサポートします。



計画的プログラム

各月ごとに運動テーマを設定し、様々なスポーツやトレーニングを実施。年間を通じて楽しみながら実施できる計画的な運動プログラムを提供します。

着実な効果を実感

研究に基づき、10メートル走タイム向上を目指す運動プログラムを実施。実施前の平均タイムが3.13秒から、実施後の平均タイムは2.87秒に向上しました。走る動作以外にも科学的なアプローチで運動の効果を実感できます。



教室のスケジュール

上山教室



曜日・時間 月曜日 19:00～19:45

対象 幼児・小学生

場所 上山二日町再開発(株)コミュニティ施設
山形県山形市二日町10-25

天童教室



曜日・時間 水曜日 15:45～16:30 幼児
水曜日 16:40～17:25 小学生

対象 幼児・小学生

場所 アンテロースポーツスクール
山形県天童市清池840-2

山形教室



曜日・時間 木曜日 16:45～17:30

対象 幼児・小学生

場所 Dance Studio G 3階スタジオ
山形県山形市十日町1-5-19

山形七日町教室



場所 レンタルスタジオクラスー山形七日町店
山形県山形市七日町1-2-36
CROSS七日町 B1F

パーソナル教室開催中

幼児～高校生対象

パーソナル教室

ADHD、ASDの診断を受けたお子様向けの教室です

こんなお子様にオススメです！

- ◎ 集団行動が苦手でチームスポーツ参加が困難に感じる
- ◎ 不注意による運動に集中できないことがある
- ◎ スポーツの競技力を伸ばしていきたい

料金：税込11,000円
頻度：30分間(月4回)

※細かい頻度は調整可

柔軟な場所と時間設定

お子様のスケジュールに合わせて契約会場、公園、ご自宅などの場所と時間を調整します。例えば、1回あたりの運動時間を伸ばしたい場合、月2回の60分のレッスンの変更や兄弟姉妹や親子での参加も同料金で可能です。



1対1の完全パーソナルレッスン

集団行動が難しいお子様に向け、完全なパーソナルレッスンを提供。お子様の症状に合わせた評価を行い、集中力、落ち着き具合、感情の制御などを考慮してパーソナルレッスンを提供します。

自尊心と成長の尊重

36の動きを基にしたプログラムで、お子様の自尊心を尊重し、好きなことを見つけ、得意なことを伸ばし、新しいことに挑戦するお手伝いをします。



メディカルスポーツ塾Hanakoで 習得できる4つの能力



スポーツ競技力

サッカー、野球、バスケ、陸上、体操など様々なスポーツ動作につながります。



体力

筋力、柔軟性、瞬発力、敏捷性、持久力を高め、体力低下を防ぎます。



体育技能

基本的なボールの扱い方や、マット、跳び箱、鉄棒、縄跳びなどの技能を身に付けます。



自己肯定感

運動する楽しさと達成する喜びを味わい、自身を持ち、自己肯定感を高めます。



メディカルスポーツ塾
Hanako

お問い合わせ・お申し込み

メディカルスポーツ塾 Hanako

<https://hanako-msj.com>

ryotaki611@gmail.com

080-1807-6837 (大瀧)

メディカルスポーツ塾 Hanako

公式サイト Instagram



代表あいさつ

メディカルスポーツ塾 Hanako 代表の大瀧です。

実は「Hanako」の由来は娘2人の名前を合わせたもので、私自身や通う子ども達にも親しみやすい名前にしたと思い名付けました。子ども達や親御さんが「Hanako」に行ってくる「今日のHanakoは楽しかった」など、日常の会話になれば嬉しいです。



代表・トレーナー
大瀧 亮(山形県山形市出身)

▼経歴

医療法人社団紺整会 船橋整形外科 (アスレティックトレーニング指導、子ども運動指導など)、東京都、千葉県、宮城県 幼稚園・保育園運動指導、千葉県スケート協会トレーナーなど

▼資格

JATI認定トレーニング指導者/日本スポーツ協会認定ジュニアスポーツ指導員/日本赤十字社幼児安全法指導員/健康運動指導士/柔道整復師/DNSエクササイズコースパート1修了/幼児からのアクティブチャイルドプログラム講師講習会修了