

2024.7.22 (月)

# 【ゴルファーの為の ストレッチセミナー】

エスフォルタトレーナーがゴルフスイングに必要な可動域のチェックやラウンド前・練習前におすすめのストレッチを理論的に実践、紹介するセミナーです。

‘ケガなく、長い間ゴルフを楽しみたい方’  
‘ゴルフスイングの可動域を広げたい方’  
‘ストレッチのやり方がわからない方’ 等

ゴルファーの為の特別セミナー！ぜひご参加ください！

場所：マイゴルフスタイル新宿

日時：7月22日 (月) 15:00～15:50

予約受付：フロントにて 先着6名(TEL予約可)

参加費：無料

対象：マイゴルフスタイル会員様

※フロントにて7/2(火)より受付開始 TEL予約受付可



担当講師：宮田

資格：健康運動指導士 中学高校保健体育教師免許  
ゴルフコンディショニングスペシャリスト

講師よりコメント

トレーナー歴20年、ゴルフ歴20年のキャリアで培った  
ゴルフに役立つ情報をお届けします！

沢山のゴルファーの皆様のご参加お待ちしております！