

＼180分講義&実技動画／

動画で学べる

TSUBOI 勢

交互運動の
連鎖効果

両側性運動と一側性運動



- ✓ 交互運動・両側性運動・一側性運動の本質的理解
- ✓ 水中環境を最大限に活かす指導視点
- ✓ 身体の左右差を見抜く洞察力
- ✓ 姿勢改善・パフォーマンス向上につながる考え方
- ✓ 慢性的な痛みにアプローチするヒント

アクア指導者の可能性を拓げる

フォームよりお申し込みください ▶

AQUA BLUE of T
NAGOYA

<https://www.aqua-blue-of-t.com>

アクアブルーオブティ

