

緊急告知 令和元年 10/20(日) ノルディックウォーカーの為の呼吸セミナー開催決定!

～呼吸のスペシャリスト大貫 崇先生に「呼吸」を学ぶ～



今、あらゆるスポーツにおいて「呼吸」の重要性が多く取り上げられております。
ノルディックウォーカーの皆さん！お待たせしました。

INWA10ステッププログラム®における
ノルディックウォーキングの3大要素である

理想の姿勢

正しいウォーキングテクニック

正しいポールテクニック

「呼吸」という考え方があれば

この3つの要素がわかりやすく実感できます！

スーパーアスリートも
実践している
呼吸を学ぶ
絶好の機会です！

呼吸が変われば姿勢が変わる。

姿勢が変われば、ノルディックウォーキングが変わる！

是非 テクニック向上にお役立てください。

- 日時：2019年10月20日（日）14:00スタート
- 場 所：東淀川区民会館
- 対象者：すべてのノルディックウォーカー（世代問わず）
- 受講費：一般 2,800円 / 早期お申込み期間有り 2,500円

フロリダ大学大学院
＜応用運動生理学修士号取得＞
元MLBアリソンダイヤモンドバックス
マイナーリーグアスレティックトレーナー
現在、BP&CO.代表
大阪大学大学院医学系研究科
スポーツ医学教室 特任研究員
＜著書＞
『勝者の呼吸法』
(ワニブックスPLUS新書)
『「呼吸力」こそが
人生最大の武器である』
(大和書房)



講師：大貫 崇 先生



●正式ご案内ならびに参加お申し込みスタートは7月中旬頃を予定しています●

- ノルディックウォーキング初心者の方は、事前講習会を9月・10月初旬に実施予定です（2時間前後）
事前講習会+本編セミナー受講の場合3,000円！（レンタルポール代金込み）この機会に是非！

お問合せ

チームまるこNW事務局

E-mail : info@marco-nw.org ~チームまるこノルディックウォーキング~

- 主催：チームまるこノルディックウォーキング ■協力：ピュアウイング
- 後援：一般社団法人 関西ノルディックウォーキング協会（KNWA）

