

# 理学療法士がプロデュースするパーソナルまたはチームサポート

## パーソナル（個別）のメニュー

### コンディショニング指導

ケガの予防のために個別の評価に基いたコンディショニング指導を行い、パフォーマンスアップに繋がります



### パフォーマンスアップのトレーニング指導

個別にパフォーマンスアップのためのトレーニング指導を行い、必要に応じて画像等での評価・効果判定を行います



介入前

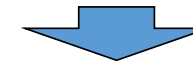
介入後

### サービス提供の流れ

#### 1. メールでの問い合わせ

下記メールアドレスに問い合わせ内容を明記してメールを送信して下さい

- ①氏名・連絡先
- ②個別またはチームでの介入希望を明記
- ③受けたいサービス内容  
選手個人、各チームのニーズに合ったオーダーメイドのサービスを提供を行うため、どんなことでもご相談ください
- ④サービス提供希望日



#### 2. 問い合わせ後、見積もりを提示

お問い合わせ後、料金の見積もりをご提示させていただきます。



#### 3. サービス開始！

日程、内容、料金においてご納得いただければ、サービスが開始となります。

## チームサポートのメニュー

### コンディショニング指導

チーム全体でのケガの予防のために、柔軟や体力評価を行い、自分でコンディションを整えられるように促します



### パフォーマンスアップのトレーニング指導

チームで行っているアップやトレーニングを科学的根拠から見直し、正しい動き方を提案します



### 施設案内

NPO法人 生き生き健康の環研究所  
連絡先 : tomonori.kohara@icloud.com  
担当者 : 小原 (こはら)  
お気軽にご相談下さい