

アスレティックリハビリテーション

☆足が速くなりたい★ぶれない体幹を作りたい
☆もっと高く飛びたい★素早く切り返したい
などなどパフォーマンスを上げるための
スポーツに特化したリハビリテーションです



『ライバルより速く、高く、強く！！』

『大会で勝ちたい、優勝したい』など

アスレティックトレーナー*が、パフォーマンスアップ
トレーニングやエクササイズを処方します

※) アスレティックトレーナーとは、...

プロや実業団などスポーツ現場を中心に

怪我の処置や治療、テーピング、コンディショニング管理、リハビリなどを行う資格です

注) 保険外診療となり自費となります

詳しくはスタッフまでお問い合わせください

アスレティックリハビリテーション Q&A



Q.どんな時にアスレティックリハビリテーションをすればいいの??

A.①足首の捻挫後や膝の成長痛などでスポーツに復帰するとき不安がある時

②サッカーやバスケットなど習いごとや部活で、ジャンプ力や切り替えしの速さを上げたい時や体幹を強くしたい時

Q.値段や時間はどれくらい??

A.1単位 30分 3000円

Q.対象年齢はどれくらい??

A.小学生～大人までパフォーマンスをアップしたい人なら大歓迎です

Q.どんなことするの??

A.動作を分析し、問題点を抽出します!改善エクササイズやコツを指導しレベルアップを狙っていきます

運動不足解消なども大歓迎です!!!