

# メタボ・ロコモ予防できる 体感トレーニング

## マイケン・プロフィール



**真栄城 賢太**  
(まえしろ けんた)  
陽明高校 卒業 (野球部)  
沖縄大学 (福祉学部 卒業)  
沖縄統合医療学院  
柔道整復学科 卒業  
柔道整復師 (国家資格)

現在は沖縄統合医療学院 附属  
学園通り鍼灸整骨院に勤務しながら  
FC 琉球のトレーナーとして、遠征に帯同し  
選手のケア・トレーニングの指導を行っている。

## <日時・場所>

日時：平成25年11月23日 (土)

15:00 ~ 17:00

場所：沖縄統合医療学院 2階 柔道場

対象：一般の男女 (先着 30名)

料金：500円

<内容> ※当日上履きは要りません。動きやすい服装でお越し下さい。

メタボリックシンドローム・ロコモティブシンドロームとは？  
日常生活で簡単に出来る！ストレッチ  
みんな出来る！！メタボ・ロコモ予防の体幹トレーニング

## <申し込み・お問い合わせ>

- ・名前 (フリガナ)・年齢・性別
- ・交通手段 (駐車場 要・不要)

上記を下記のE-mail まで明記の上お申し込み下さい。

※電話・FAX でも受け付けております。

e-mail : [maeshiro@ocim.jp](mailto:maeshiro@ocim.jp)

TEL/FAX: 098-879-4055

