

ボディメイクを成功させる トレーニングのポイント&栄養の考え方

女性の身体仕組みとボディメイクについて ～二部構成～

講師：小田川晴美（HSP代表） / 崎浜慶（株式会社ケイショウカイ代表）

2018年
5/27
時間/10:00（日）
～13:00

ボディメイクを成功させるトレーニングのポイント&栄養の考え方

女性の身体仕組みとボディメイクについて

理想の身体を手に入れる！ボディメイクを成功させるために必要なトレーニングの考え方とボディメイクの成功を決める栄養の考え方についてパーソナルトレーナーの小田川晴美氏と栄養コンサルタントの崎浜慶氏が分かりやすくそのポイントをお伝えします。

日程／5月27日（日曜日）

時間／10:00～13:00 <受付 09:30～>



- **第一部:10:00～11:30**
テーマ:ボディメイクを成功させるトレーニングとは？
講師:小田川晴美(HSP 代表)
- **第二部:11:30～13:00**
テーマ:ボディメイクを成功させる栄養とは？
講師:崎浜慶(株式会社ケイショウカイ代表取締役)

場所／北谷メディアステーション 3F

<google map>

(〒904-0115 沖縄県中頭郡北谷町美浜 16-2 TEL:098-926-5140)

受講料／7,500円(資料代込み)

主催／H.SP ボディコンディショニングアカデミー

- ◆ お問い合わせ先:info@h-sp773.com
- ◆ [参加申し込みフォーム](#)

ボディメイクを成功させる
トレーニングのポイント&栄養の考え方
女性の身体仕組みとボディメイクについて

理想の身体を手に入れる！ボディメイクを成功させるために必要なトレーニングの考え方とボディメイクの成功を決める栄養の考え方についてパーソナルトレーナーの小田川晴美氏と栄養コンサルタントの崎浜慶氏が分かりやすくそのポイントをお伝えします。

○第一部:10:00～11:30
テーマ:『ボディメイクを成功させるトレーニングとは?』

小田川 晴美 (HSP 代表)

○第二部:11:30～13:00
テーマ:『ボディメイクを成功させる栄養とは?』

崎浜 慶 (株式会社ケイショウカイ代表取締役)

■日 時:2018年 5月27日(日) 10時～13時
■場 所:北谷メディアステーション3F
■定 額:7,500円(資料代込み)
■講 師:小田川晴美 (HSP代表) 崎浜慶 (ケイショウカイ代表)
■主 催:H.SP ボディコンディショニングアカデミー
■問合せ:info@h-sp773.com