

身体ケア・チェック & 講習会

講師プロフィール

講師名 西村 亮馬 (にしむら りょうま)

卒業校 大阪体育大学卒業

資格 鍼灸・あん摩マッサージ指圧師

経歴
◇ 2020東京オリンピック代表選手担当
競泳 飛込 選手
飛込 選手

◇ 関西の大学・高校・スイミングにて活動

◇ フロ野球選手
元楽天イーグルス 福山 博之 選手

◇ 男子ソフトボール
大阪堺グローバル

◇ その他
トライアスロン・柔道・サッカーなど
多種目の競技を担当しています。

◇ 店舗

Adjustコンディショニングルーム

大阪(天王寺店)

天王寺駅徒歩5分

兵庫(甲子園店)

阪神甲子園駅徒歩12分

開催日：2025年6月27日(金)

身体ケア・チェック

費用：4,000円 時間：裏面参照

カッピング・吸い玉(吸角療法)講習会

費用：500円 時間：18:00-19:00

場所：チャイルドルーム 対象：中学生以上

ジュニアスポーツ選手保護者の勉強会

費用：500円 時間：19:00-20:00

場所：チャイルドルーム 対象：ジュニアスポーツ選手の保護者

※内容は睡眠・食事・勉強・練習量・ストレッチ・筋トレ・怪我の対応等の内容を予定しておりますが、変更になる場合がございます。

※各申込みは裏面に記載しております。

申込期間&申込方法

申込期間：6月13日（金）～6月26日（木）

申込方法：受付にて申込用紙にご記入頂き、参加費をお支払いください。

※基本的にキャンセルの場合の返金はありません。

施術時間

①	9時00分～	9時30分
②	9時45分～	10時15分
③	10時30分～	11時00分
④	11時15分～	11時45分
⑤	13時30分～	14時00分
⑥	14時15分～	14時45分
⑦	15時00分～	15時30分
⑧	15時45分～	16時15分
⑨	16時30分～	17時00分
⑩	17時15分～	17時45分

カッピングとは？

カッピング(吸玉療法・吸角療法)は、真空状態のカップを皮膚に吸着させ、皮膚や筋肉を吸引することで血行を促進し、筋肉の緊張を緩和する治療法です。

※吸い玉・・・シリコン製やプラスチック製、ガラス製の物などがあります。



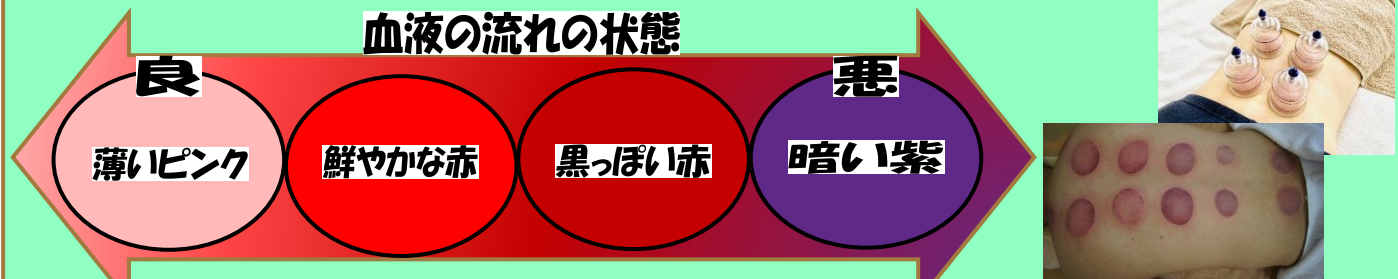
主な効果は

- ・血行促進
- ・筋肉の緊張緩和
- ・自律神経の調整
- ・デトックス効果

毛細血管に汚れた血が溜まって血流が悪くなった状態を皮膚表面に引き上げ新しい血を送り込む！



施術後、図のような色の違いで血流の流れの状態がわかります。



※施術後の痕は、通常1週間程度で消えます。

血行が良い

- ・身体が軽い
- ・免疫力が高い
- ・肌がきれい
- ・安眠
- ・etc

血行が悪い

- ・痛みやコリ
- ・冷え症
- ・肌荒れ
- ・むくみ
- ・etc

多くのアスリートも取り入れているケア方法です。
ぜひ講習を受けてより良い身体作りを目指しましょう！