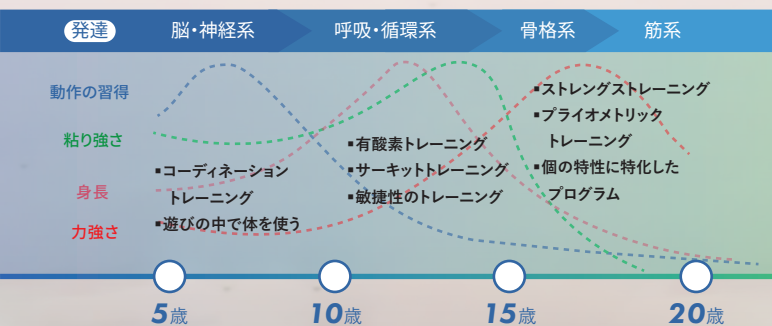


お子さまの成長過程に応じた
「オーダーメイド」の
運動プログラムをご提案します。

成長期の発達過程



「奥脳透, スポーツ障害, 大日本印刷株式会社, 2012」参照



SERVICE

しっかりとしたカラダの土台作りで、秘めた可能性を引き出します。

●ケガの予防

骨格変化が著しい成長期には、様々なケガのリスクがありますが、体に痛みや違和感を感じる前から正しい体の使い方や年齢に応じたトレーニングを行うことで成長期のケガを予防します。
(シンスプリント, オスグッドシュラッター病, 疲労骨折, 野球肘など)



●運動

スポーツ現場での経験豊富なスタッフ陣が体の問題点を医学的に分析し、適切なトレーニングを実践しながらお伝えします。

●施術

体に痛みがあるときはマッサージやINDIBAactiv(温熱療法)を用いた施術を行います。
またご家庭でもできるセルフケアをお伝えします。

●栄養指導

ご家庭での食事のとり方や成長期の悩みなど、お子様の成長に合わせた視点で、食事や栄養の取り方のポイントを指導します。

●FMS測定 (Functional Movement Screen)

FMSとは柔軟性、筋力、バランス能力、姿勢などを確認する動作テストのことです。定期的な測定で成長に合わせた体づくりのプログラム評価に繋がります。

PRICE

学生価格でご利用いただけます。
(※料金はすべて税込み価格 ※一般の方は別料金)

トレーニング or ケアメニュー

■運動/施術 (30分～) 2,000円～

その他メニュー (一部抜粋)

■栄養指導 (1回) 3,500円

■FMS測定 (1回) 1,650円

月会費プラン ※詳細はスタッフまで

■月額 3,300円

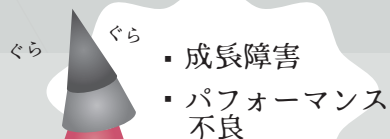
小学生～中学生のジュニア世代に

重要なのは、**カラダの土台**をつくること。

当施設では「カラダの土台作り」に重点を置き、
一人一人に合った運動プログラムを行うことで、
子供たちの秘めた可能性を引き出します。

パフォーマンスUP!

土台が不安定だと・・・



カラダの土台
となる部分

筋力・柔軟性・持久力
バランス能力 など

こんなお悩みを持った方へ・・・

体の痛みの原因が
分からない・・・

ケガを繰り返している

運動神経を高めたい

成長に必要な栄養が
足りているか不安・・・

ACCESS

ロクト整形Az3階にある奥のエレベーターから
4階へお越しください。



※駐車場は建物に隣接する提携先の
立体駐車場をご利用ください。

REISPO rokuto RE:SPORTS
MEDICAL & CONDITIONING
CENTRE

沖縄県那覇市奥武山町46番地 ロクト整形Az4階

TEL.080-9854-7498

営業時間 平日10:00-19:00 土10:00-17:00

定休日 日曜・祝日



Instagramもやってます!

REISPO rokuto RE:SPORTS
MEDICAL & CONDITIONING
CENTRE



成長期の子どもたちへ

- ☑ 成長期の怪我予防
- ☑ 成長過程に応じた運動指導
- ☑ 発育段階に合わせた栄養指導