



# 今年で42年目！常に進化しています！！

当館の柔道場は110畳の広さを誇り、  
 空調は4機完備、年中快適に稽古ができます。  
 畳の下には特殊緩衝材を敷いているので、  
 投げられても痛くありません。  
 また、練習後は毎回畳の清掃・除菌を実施し、  
 常に安全・安心な練習環境を提供しています。

110畳の柔道場

## 当館の新型コロナ対策について

### 館内

- 畳除菌
- 特殊空気清浄機完備
- アルコール除菌



### スタッフ

- 1日2回の検温実施
- マスク着用
- 感染防止意識の徹底



### その他

- 投げ込み人形3体完備  
接触型の稽古が可能です



## 《その他身体能力を高める充実の設備》



多種多様な遊具を使い、楽しみながら運動能力を身に付けることができます。



### ビジョントレーニング

反応・判断力・集中力・思考力・認知力等を鍛えられ、脳トレになります。柔道はもちろん、様々なスポーツで効果が期待できるトレーニングです。

### 体成分分析装置

#### InBody 270

筋肉量、脂肪量、筋肉バランス、栄養状況などを正確に測定できます。分析結果を元に効果的なトレーニング方法の提案や健康管理の指導をしています。

### 3D姿勢分析機器

幼少年期に指摘される側弯症も含めチェックできます。姿勢はもちろん、鍛えるべきところ、ストレッチするべきところもわかります。

## 健心館 畠中道場 無料体験 申込書

健心館 畠中道場 無料体験 申込書		令和	年	月	日
ふりがな		生年月日			生
氏名		TEL			
住所		学年			
ふりがな		保護者連絡先			
保護者氏名					

【体験ご希望日】 令和 年 月 日 (土) 午後4時～5時30分