

2023年1月

## 野球塾 in 下関 日程表

### 柴原氏による技術指導

**日時** 1月22日（日） 13：00～15：00

ミスノグループ主催の野球教室と合同開催になります。

※開催時間は変更になる場合があります。  
変更の際は事前にお知らせいたします。

**場所** オーヴィジョンスタジアム（下関球場） 下関市富任字小迫

※集合場所：下関北運動公園多目的広場

### リハビリスタッフによる体の使い方指導

**日時** 1月10日（火） 18：00～20：00

1月24日（火） 18：00～20：00

**場所** 下関武道館 下関市富任字小迫

#### <連絡事項>

- 柴原氏による技術指導時は、野球ができる服装でご参加下さい。  
スパイク、グローブ、バット（持っている方）、タオル、水分（お茶・スポーツドリンク等）をご持参下さい。
- リハビリスタッフによる体の使い方指導時は、運動しやすい服装でご参加下さい。  
タオル、水分（お茶・スポーツドリンク等）、室内用シューズをご持参下さい。
- 欠席される場合は、必ずご連絡下さい。

#### <連絡先>

フィットネススクール ロコモK.O 長府店 TEL：083-242-1090