

SHOTARO with J.T.

「野球の動きを応用した、機能的でしなやかな美しい筋肉・骨格へと導く新たなBodyMakeトレーニング」

プロ野球界で長期にわたり活躍しておられた井手正太郎氏の直接指導や、そのメンタリティについてお話を伺えるチャンス！
また、この度は彼等一流選手の指導・育成を担ってこられた名トレーナー、J.T.こと高橋純一氏とのコラボレート企画！
お二人のトレーニング法やプロの世界のお話は、私達が日々生活していく中での前向きで元気なエッセンスとなり、美しくバランスのとれた身体創りに大きく貢献となることでしょう。
また、野球の動きは肩甲骨、体幹、骨盤をスムーズに連動させることでしなやかな動きを作り出します。
しなやかな動きはメリハリのあるキレイなカラダ作りに最適です。
ベースボールエクササイズとストレッチを組み合わせた”SHOTARO with J.T.メソッド”を是非ご堪能ください！
トレーニング終了後は、井手正太郎氏の取り扱う「ニーロク豚」を使った、オーガニックディナープレートをご提供いたします！食事会の時に色々ご質問されてみてください！

☆お二人のプロフィールは別紙をご参照ください。

スケジュール



第1回 6/8(土)
18:00~20:00・その後食事会
テーマ：ピッチャー
肩甲骨周りのストレッチ等



第2回 7/20(土)
18:00~20:00・その後食事会
テーマ：ランナー
骨盤周りのストレッチ等



第3回 8/10(土)
18:00~20:00・その後食事会
テーマ：バッター
体幹トレーニング等

お申し込みについて

ご予約はサイトよりお願い致します。
お申し込みより5日以内のお振込で、
ご予約完了とさせていただきます。
詳細は以下のサイトをご確認ください。

<http://motomachiyoga2016.com>
※検索ワード：「元町ヨガ2016」

【受講料】

- ・1回 ¥13,500+TAX
(トレーニングのみ：¥12,000+TAX)
- ・2回 ¥25,000+TAX
(トレーニングのみ：¥22,000+TAX)
- ・3回 ¥34,500+TAX
(トレーニングのみ：¥30,000+TAX)

お電話でのお問合せは、
080-6871-4536 松原まで

井手正太郎



株式会社ニーロク代表取締役。宮崎県出身。

日南高校で2001年甲子園出場。3番レフトで出場し、打率6割以上を記録。

アジアAAA選手権大会（現・U-18アジア選手権大会）の代表選手にも選ばれ、同大会の三冠王を獲得。

同年ドラフトにて福岡ダイエーホークス入団後、8年間福岡でプレーした後、

2010年に横浜ベイスターズへトレードで移籍。

その後2016年オフに現役を引退。引退後の2017年に株式会社ニーロクを起業し、

地元宮崎県のマンゴーとメロンのオリジナルブランド「中実美人」の販売や、

宮崎県産ブランド豚「ニーロク豚」の飲食店への卸売などを行いながら、

老若男女を対象としたバッティングのマンツーマン指導や、

少年野球チームへの総合指導など、スポーツに関する事業も幅広く行っている。

■会社HP：<https://ni-roku.com>

■ECサイト：<https://niroku-shop.com/>

J.T. = 高橋純一



株式会社J.T. STRENGTH & CONDITIONING代表取締役。神奈川県出身。

ストレンクス&コンディショニング（S&C）コーチ。

大学卒業後単身渡米、スポーツ科学コーチング修士号取得。

メジャーリーグ傘下マイナーリーグAAにてS&Cインターンとして経験を積み、

サンディエゴ・パドレス通訳（大塚晶則投手）兼チームのコンディショニング補佐を務める。

帰国後、日本プロ野球（NPB）3球団のS&Cを担当。

千葉ロッテ時代にはリーグ制覇、日本一、アジアシリーズ優勝。

ヤクルト時代にはファームリーグ制覇に貢献。

「ストレンクス&コンディショニングをより身近な存在へ」をコンセプトに、

トレーニング・コーチング事業を中心にアスリートのみならず、

企業及び老若男女を対象に幅広く展開している。

井手正太郎氏とは2015,2016年DeNAベイスターズの選手とファームチーフトレーナーとしての関係。

■会社HP：<http://www.jt-sc.com/>