

アスリードフィットネス



Aslead Fitness
埼玉県戸田市下戸田1-7-16 2F



アスリードフィットネスでは、柔らかくしなやかな身体を作るためのトレーニングマシンやトレーナーによる運動プログラムが提供されています。学生アスリートや運動をあまりしたことがない方でも通いやすく、自分の身体に合わせた運動が続けられる施設です。代表の高砂康典様は、明治大学体育会端艇部のフィジカルコーチとして選手へ身体の使い方などの指導もされています。今回は、アスリードフィットネスに通う明治大学体育会端艇部の選手の方々と、監督の星様、代表の高砂様にお話しを伺いました。



身体と感覚、人と人が繋がる場所