



「え?ここで?」



今すぐできることからでいい! 身体を伸ばして心もリフレッシュ!

オフィスワーカーの身体のことを考えてつくったプログラム

オフィスで
簡単
ストレッチ

オフィスで簡単ストレッチ

OFFICE DE [KANTAN] STRETCH

POINT

目的

すぐそこにある軽運動を始めよう!
簡単ストレッチでリフレッシュ&業務効率もUP!?

POINT

対象



POINT

種類



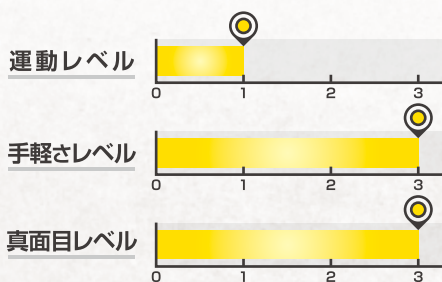
+



屋内 体験型

POINT

特性



※ミズノ独自調べ

デスクワークの方が多い企業様や、会議室で手軽に始めたい企業様にオススメです。

| | | | |
|------|---|------|-------|
| 内容 | オフィスワーカー、デスクワーカーに多い身体の不調5項目に対応したストレッチ講習。全33種類の動きの中から、ご要望に合わせて内容を組み立てます。 | | |
| 人数 | 30名(会場の広さにより増減可) | | |
| 所要時間 | 20~30分 | スペース | 会議室など |
| 価格 | ミズノの担当営業までお問合せください。 | | |