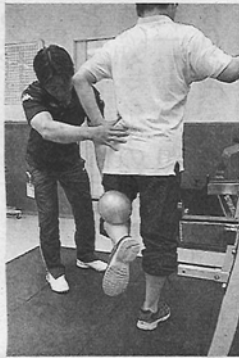


## 専門家の個別 トレーニング

相澤病院（松本市本庄2  
15-1、☎0263・33  
・8600）は、スポーツ  
障害予防の専門スタッフに  
よるパーソナルトレーニン  
グ「イメージ」の受講者を  
募集している。

スポーツ愛好家とアスリ  
ート向けには、日常的にス



ポーツを楽しむ人や競技選  
手、その指導者や保護者を  
対象に、競技力向上やパフ  
ォーマンスアップの支援な  
どを行う。1回50分で学生  
3000円、一般5000  
円（複数人で受講する場合  
は学生2500円、一般4  
000円）から。中高年向  
けには筋力や体力アップな  
ど体の調子を整えるための  
サポート等を行う。1回40  
分で4000円（複数人の  
場合は3000円）から。  
詳細はホームページを参  
照。問い合わせ、申し込み

は同病院スポ  
ーツ障害予防  
治療センター  
まで。電話受  
付時間は平日  
午前9時半～  
午後5時。