

AGM

ANTI GRAVITY MUSCLE

METHOD

商標登録第5966956号

10、11月AGM特別講習会

【コンパクトスイングもフットワークも肩甲骨の動きから】

～ホームポジションから一連の流れでストローク、フットワークを理解する～

（10月フォア前、11月バック前を予定）

- ① バー・エクササイズのサイドバントで、鳩尾の動かし方、軸足の押さえ方や感覚をインプットする
- ② ①を元に1歩目のリード足の浮かせ方、頭部の動き、感覚をインプットする
- ③ 足踏み(歩行動作)から全身が連動するアンダーハンド・ストロークの効率的な動きを理解する

*講習中はマスクの着用をお願い致します。

「AGMメソッド講習会ガイドライン」をよく読んでからご参加下さい。

そのガイドラインに沿って講習会を行います。

申込方法: AGM予約サイト(当社HP内、下記QRコードより)

お問い合わせ先: ラケットショップフジ本社 Tel042-324-9923

*キャンセル・日付変更などは、こちらをお願い致します。
(先着順のため、ご要望に添えない場合がございます)

【予約の手順】

- ① AGM予約サイト内の「予約カレンダーへ」をクリック
- ② ご希望日を選び、「予約」をクリック
- ③ 「特別講習会」となっている時間帯でご希望の時間を選択
- ④ 必要事項を入力後、「確認画面へ」をクリック
- ⑤ ご確認の上、よろしければ最後に「確定」を押して申込手続き完了
- ⑥ 手続き完了後、【AGMメソッド】ご予約受付メールがご登録頂いたアドレスに届きます。

AGM予約サイト



【@rsfuji.co.jp】の受信設定をお願い致します。

*何らかの理由でご予約受付メールが届かないお客様は、恐れ入りますが、上記お問い合わせ先までご連絡をお願い致します。

【本社地図】



講師: 大橋 晃氏

参加費: 1名¥3,000

*参加費は当日お支払い下さい

木・金・土開催

1レッスン90分

(ご希望の日にちと時間を下記よりお選び下さい)

① 9:30~11:00

② 11:30~13:00

③ 14:00~15:30

各時間帯、定員4名

開催場所

ラケットショップフジ本社ビル 4 F
東京都国分寺市南町3-28-7

10 October 2020

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
27	28	29	30	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

11 November 2020

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	1	2	3	4	5

○が開催日です。講師都合により変更になる可能性がありますので、ご了承下さい。

*10月1週目はお休みです。