

体幹から変える独自技術

CORE BALANCE STRETCH

海外で高く評価されたプロスポーツ選手のメンテナンス。
セルフケアや揉みでは届かない「コア」の筋肉をトレーナー
が意識的に動かし、関節の可動域が拡大。柔軟性アップ。

✔健康増進 ✔姿勢矯正 ✔不快の解消 ✔ケガ防止

カラダのお悩みご相談下さい

 <p>業界店舗数 No.1 北海道から 沖縄まで 全国 160 店舗</p>	<p>メジャーリーグ生まれの 独自技術 コアバランスストレッチ</p> 	<p>開業11周年 55万人以上 がご利用</p> 	<p>2ヶ月間の研修と検定を合格 1,200名の 一流トレーナー</p> 	<p>あらゆる種目の トップアスリート・ 芸能人からも支持</p>  
---	--	--	--	---



お客様に合ったストレッチ

体の状態を把握した上で、お客様一人ひとりに合わせたストレッチを行い、自分では気づかない不調箇所も発見できます。



お客様は寝ているだけ

ストレッチ中は、トレーナーに体を預けてリラックス。余計な力が入らず筋肉が伸ばしやすくなります。



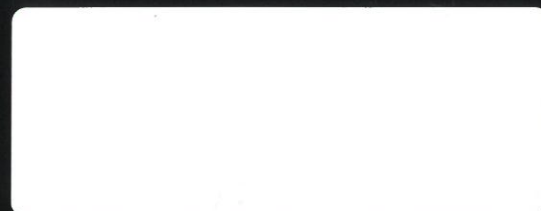
可動域を広げる

正しい技術のもとに、一人で行う時とよりもマンツーマンの方が安心・安全に稼働域を広げ、柔軟性の向上ができます。

Dr.stretch


関東を中心に100店舗以上!
ストレッチ専門店 店舗数 **NO.1**

お着替え貸出無料



公式HP



ドクスト 

お電話でのご予約はこちらから ▶ ☎0800-600-9696