

もしよろしければ、全コースを終えたご感想を頂けないでしょうか？

当院の感想や、要望等なんでもけっこうですので、よろしくお願いします。

先日は、仙骨・全身バランスを整えて頂き
ありがとうございました。

今まで、あまり自分の仙骨の力がふと変わったこと、
あまり気づかず、泳ぎが硬くなっていたことは、思わなかったです。
仙骨をほぐして頂くことで全身のバランスが、滞り頃、鏡で
チェックすると、体が硬直してゆがんでいたのが、後には
感じがしました。後は、色々と日常生活において
出来るストレッチ体操もかなり有効です。
自分が思っていた以上に内臓が疲れていたことも
探り当てられたこともびっくりしました。泳ぎのバランス良い
生活をしていまして、ありがとうございます。着のりとむくみに対する注意も、ものです。