

KOBA☆トレをしました！ つき組



イメージ通りに体を動かせていますか？

KOBA式体幹☆バランストレーニング (KOBA☆トレ) は
リハビリから生まれた**メディカル発想**の体幹トレーニングです。
年代を問わず安心・安全に取り組めるトレーニングです。

KOBA式体幹☆バランストレーニング (KOBA☆トレ) は、**プロトレーナー・木場克己**が多くのトップアスリートのリハビリに携わり考案した**メディカル発想**のカラダに優しい、**安心・安全なトレーニング**です。
長友佑都選手 (スュペル・リグ・カラタサライ) や**金崎夢生選手** (鹿島アントラーズ所属)、**池江璃花子選手** (ルネサンス亀戸) といった超一流選手もKOBA☆トレに取り組んでいます！

