



実際の動きに
直結するトレーニング

肩のラインと身体の軸で飛距離を伸ばす

円盤をより遠くへ 飛ばすために

DVD2枚組

1147-1 | 61分
1147-2 | 58分



キーワードは「遠心力」と「捻じれからの解放」



指導解説

みなみ

ゆき

ひろ

南 幸裕

(三重県立稲生高等学校 陸上競技部 顧問)

実技協力: 三重県 / 三重県立稲生高等学校 陸上競技部

弊社DVD通販サイトにて、
より詳細な内容や
サンプル映像を公開中！



商品番号 1147-S

DVD2枚組 ¥11,000 (税込)

送料一律

800円(税込)

代引

カード払い

ご相談ください

公費対応



ご希望の商品番号を指定し、
DVD通販サイト、電話、FAX、
もしくはハガキにてお申し込み
ください。受注確認後、3~6
営業日以内でお届けします。

お申し込み・お問い合わせはお気軽に！

JLC ジャパンライム 株式会社

TEL.03(5840)9980

〒113-0033 東京都文京区本郷4-2-8

FAX.03(3818)6656

<https://www.japanlaim.co.jp>

新規会員登録でお得なポイントプレゼント！



ジャパンライムDVD通販サイト

2023.11