**関西広域連合事業**

**（新）障がい者スポーツアスリート(パワーリフティング)育成練習会**

**練習会の流れ**

1. パワーポイントによるパラ・パワーリフティングのトレーニング理論

（13：30～14：00）

1. 各ベンチ台に別れて練習会（14：00～16：00）
2. 反省と次のトレーニングメニュー（16：00～16：30）

会場；サンアビリティー城陽(パラ・パワーリフティング連盟、合宿所)

京都府城陽市中芦原

練習会申込み

〒107-0052　東京都港区赤坂1-2-2-4F

特定非営利活動法人日本パラ・パワーリフティング連盟

電話　03-6229-5423

FAX　03-6229-5420

メール　info@jppf.jp