

8/21 より、中山将太君（プロ競艇選手）、西村慎太郎君（千葉・中3年）、堀陽大君（兵庫・中2）、望月大樹君（山梨・小5）が合宿入り。

▼大野治療所3Fリビングにて昼御飯



▼自由時間にオセロ勝負



▼大野治療所3Fリビングにて晩御飯



▼自由時間に将棋の勝負



▼黄色スイカ、甘くて美味しい〜



▼苦手な目玉焼きを初めて食べたとか



▼洗濯物は自分で干します



集中治療合宿風景

2017. 8 (7)

山内整骨院

8/22 より、蕨下歩都夢君（日本航空高校石川・2年）、野原蓮生君（福井・中2）が合宿入り。

▼大野治療所 3F キッチンにて 皿洗い当番 (2017.8.22)



▼大野治療所 3F リビングにて晩御飯 プリのお刺身、美味しい〜♡ (2017.8.22)



▼刺身、生まれて初めて克服！7切れ完食！

▼同じく苦手な刺身、克服！偉い！



← 市内の「あつ宝んど」
のお風呂に入る♡♡

いい〜気持ちだったあ〜

左より；院長・野原君・堀君・

望月君・蕨下君・

中山君・西村君

(2017.8.22)

集中治療合宿風景 2017. 8 (8)

山内整骨院

8/23 より、菅野裕介君（福島商業高校・1年）が合宿入り。

皆で7名になりました！

▼大野治療所2F トレーニング室にて (2017.8.24) 股関節活性化トレーニング (サンドバックの蹴り込み)

※ インターバルに必ずストレッチ



▼大野治療所キッチンにて オムレツ作り手伝い



ふわとろ♡中山君、上手♡

← ストレッチ・体重移動・
トレーニング等、
院長から指示された事は、
合宿中も、帰ってからも、必ず
毎日続けるように！
続ければ、パフォーマンスは
向上！ サボれば、後退！

▼大野治療所3Fリビングにて朝食 (2017.8.24)

▼自由時間に将棋の勝負



左より；堀君・西村君・中山君・院長・薮下君・
野原君・望月君・菅野君



菅野君・望月君・野原君

集中治療合宿風景 2017. 8 (9)

山内整骨院

▼大野治療所3Fリビングにて晩御飯 チーズインとんかつ ♡ (2017.8.24)



左より；堀君・西村君・中山君・院長・薮下君・野原君・菅野君・望月君



左より；菅野君・望月君・堀君・西村君・中山君



左より；薮下君・野原君

▼自由時間に「知恵の輪」に挑戦



菅野君・西村君「出来た♡でも戻し方が分からない・・・」 一番若い望月君が真っ先に出来ました！凄い！
院長も出来て、出来ない山内のオバちゃんに「どや顔」(;^_^A

▼大野治療所2Fトレーニング室にて

(2017.8.27)

股関節活性化トレーニング (サンドバックの蹴り込み) ※ インターバルに必ずストレッチ



▼体重移動を指導する院長 「体が覚えるまで反復練習！」と院長。



▼ストレッチ・体重移動・トレーニング等、
院長から指示された事は、「合宿中も、帰ってからも、必ず毎日続けるように！」
続ければ、パフォーマンスは向上！ サボれば、後退！

▼大野治療所屋上にて (2017.8.27)



← 背景は荒島岳 (百名山の一つ)

澄んだ青空と空気、
気持ちいい〜 ♡

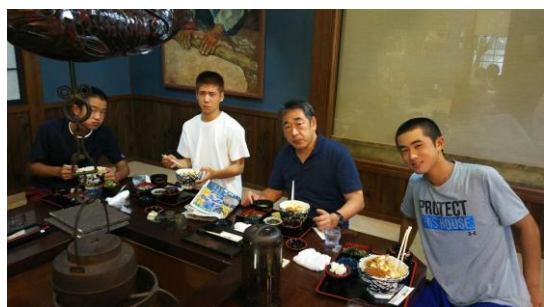
左より：菅野君・院長・中山君・
西村君・山内のオバちゃん

集中治療合宿風景 2017. 8 (11)

山内整骨院

▼市内のそば処「梅林」にて (2017.8.27)

名物「醤油カツ丼」と「ざる蕎麦」美味しい〜♡



▼大野治療所3Fリビングにて(2017.8.28)

山内のオバちゃんの誕生日



院長、夜ケーキ準備。忘れたら大変でした(笑)

▼大野治療所3Fリビングにて昼御飯

サーロイン・ステーキ♡

(2017.8.28)



左より；西村君・菅野君・院長・中山君・望月君

柔らかくて、美味しい〜♡♡

