



Miyama Satoyamasha

森の鍼灸院 アスリートクラブ

MIYAMA
by 森の鍼灸院

ロードレースやMTBをはじめとする
各種スポーツの選手および愛好家
の皆様に、コンディショニング、ケア、
トータルなセルフコンディショニング
指導でサポートいたします。



監修

吉田 行宏 Yukihiro Yoshida

明治国際医療大学 鍼灸学部 鍼灸学科 はり・きゅう学講座 助教
サイクルロードレース大会、ゴルフ大会、トライアスロン大会、
鈴鹿 8 時間耐久ロードレース、高校バレーボール部、社会人野球
等でトレーナー活動を行う。

所属学会：全日本鍼灸学会(スポーツ鍼灸委員)、日本体力医学会、日本臨床スポーツ医学会

効果

レース前

レース前のパフォーマンス向上、関節可動域の拡大、
筋肉を使いやすくする、怪我の予防

レース後

筋疲労や筋痛、全身の疲労感の改善

鍼灸治療の効果

