

姿勢改善



運動系

姿勢不良の原因となる筋力低下や体の使い方を理解し、肩こり・腰痛の予防や見た目の印象改善につながる正しい姿勢づくりを解説します。



2026年

10/21 (水) 12:30～(約15分)

参加無料

登録はこちら▶

セミナーの受講にあたっては
アカウントの作成を
お願いいたします



URL : <https://x.gd/ajmJ>

講師紹介

セミナー講師：簾内 勇拳

大手フィットネスクラブでの実務および全社研修などを担当していた実績あり。現在はアスリートとし活動しながら、パーソナルトレーナーとして子供から大人までのあらゆるニーズに対応。
整骨院と連携しながら、悩みを抱える方の機能改善に取り組んでいる。



本プログラムに関するお問い合わせ

株式会社ルネサンス

担当：健康ソリューション部

mail : business-solution@s-renaissance.co.jp

主催：健康保険組合連合会大阪連合会

アカウント作成方法

株式会社ルネサンスへようこそ！



名前*

名前

ご所属の健康保険組合 (例：●●健康保険組合)

ご所属の健康保険組合 (例：●●健康保険組合)

メールアドレス*

メールアドレス

パスワード*

パスワード

☐ 利用規約・プライバシーポリシーに同意

アカウントを作成する

[アカウントをお持ちの方はこちら](#)

- ① 登録ページにアクセスする
 - ② 名前、健保組合名、メールアドレス、パスワード(6文字以上)を設定する
 - ③ 利用規約、プライバシーポリシーをご確認の上で横のチェックボックスにチェックをする
 - ④ 「アカウントを作成する」をクリックする
- 以上でアカウント作成完了です。

ご登録いただいたメールアドレスに、ご登録完メールが届きます。

セミナー受講の際は、ログインして、ご受講のほどお願いいたします。

ログイン方法

株式会社ルネサンスへようこそ！



メールアドレス

パスワード

ログイン

※ パスワードをお忘れになった場合

- ① ログインページにアクセス
- ② 登録済みのメールアドレスとパスワードを入力
- ③ ログインをクリック

※パスワードをお忘れになった場合は
こちらをクリックして頂き、
パスワードの再設定をお願いいたします。

案内メールURLからログイン

直接、視聴ページが開きます



通常のログイン

TOPページが開きますので対象のセミナーをクリックしてください

