

2022年度 日本工学院八王子専門学校	
スポーツ健康学科 テニスコース	
トレーニング演習 4	
第4回	マシントレーニング③
第5回	マシントレーニング④
第6回	マシントレーニング⑤
第7回	マシントレーニング⑥
第8回	フリーウエイト①
第9回	フリーウエイト②
第10回	フリーウエイト③
第11回	フリーウエイト④
第12回	フリーウエイト⑤
第13回	フリーウエイト⑥
第14回	フリーウエイト⑦
第15回	テスト