

履正社 筋肉自慢

ビフォー・アフター フォト コンテスト



参加条件：履正社医療スポーツ専門学校・履正社スポーツ専門学校北大阪校に在籍している学生
それぞれの目的でトレーニングを開始し、現在も日常的に取り組んでいる学生

審査方法：トレーニングを始める前と現在のビフォー・アフターの写真（動画可）を
Instagram で投稿していただき、身体の変化を審査します
※トレーニング期間は問いません
※ビフォーの写真は履正社入学前でも構いません

投稿ルール：LFT コースのインスタ公式アカウントをフォローしてください (@riseisha_lftcourse)
ビフォー・アフターの写真2枚（動画可）を選択し
#履正社筋肉自慢 ←このタグをコメントに記載してください
※身体の変化がわかる、本人であることがわかる写真を投稿してください
※賞に選ばれた方はこちらからメッセージを送ります。



LFT コース
公式アカウント

募集期間：平成30年12月15日～平成31年1月31日

表彰：10名以上の参加で優勝者1名決定
（学校より Amazon ギフト券1万円分の景品あり！！）



審査員

ライフ・フィットネストレーナーコース
講師 高津 諭先生



JBBF 主催 関西体重別ボディビル
選手権大阪大会 4位

ライフ・フィットネストレーナーコース
1年生 東妻 郁未



SSA 甲子園 2位
（サマースタイルアワード
高校生大会）