-길어지는 집콕생활 슬기롭게 /몸의 중심 코어를 잡아라 (파이낸셜뉴스 2020.4.10)

<https://www.fnnews.com/news/202004092058411614>

-코어운동으로 면역력 ‘쑥’ /심폐 순환기능력도 강화(스포츠조선 2020.3.24)

<https://sports.chosun.com/news/ntype.htm?id=202003250100187880011812&servicedate=20200324>

-코어근육 단련하면 면역기능 향상(헬스조선 2016.9.29)

<https://health.chosun.com/site/data/html_dir/2016/09/29/2016092901284.html>

-다이어트를 위해 우선적으로 해야 할 코어운동 (월간조선 2020.7.14)

<http://monthly.chosun.com/client/mdaily/daily_view.asp?idx=10024&Newsnumb=20200710024>

-노년기 낙상은 암보다 위험하다 (운동을 통해 몸의 균형감 높여야) 조선일보 2017.1.23

<https://www.chosun.com/site/data/html_dir/2017/01/13/2017011301830.html>