

他チーム・他学区の仲間と一緒に!!



中学生のための運動教室

競技力アップ&ケガをしにくい身体を作ろう

【日程】 2024年2月1日～2024年3月28日(毎週木曜日)

全9回

【対象】 小学6年生(新中学1年生)

中学生(1年～3年生) 定員20名

18:45～20:00 (75分)

※定員になり次第、申し込みを締め切らせていただきます



成長期を迎えるこの時期に、急激な身体の成長にともなって、身体が硬くなったり、自分の身体をうまくコントロールできずに今までできていた動きがしにくくなり一時的にパフォーマンスが落ちることがあります。

この時期に必要な自分の身体を思い通りに動かすバランス能力を向上し、動的・静的柔軟性を高めてけがをしにくい身体作りをいつもとは違う環境で、たくさんの仲間と一緒にしませんか?

ジュニアアスリート専門のスタッフがみなさんの身体づくりをサポートします!!



【場所】 やまびこの森トレーニングセンター／アイスアリーナ(屋内リンク)

【受講料】 全9回 8,910円

(税抜き価格 8,100円)

別途保険料 900円

初回に一括でお支払いいただきます

お申込み後のキャンセルによる返金には応じかねます

【指導者】 やまびこの森アスリート専門指導員

(担当:山田・高村)

【応募方法】 やまびこの森トレーニングセンターにて電話受付

【問合せ】 ☎ 0266-24-5210

受付時間:火曜日～金曜日 10時～20時まで

土日祝日

9時～16時まで

【締め切り】 2024年1月30日(火曜日)まで

【持ち物】 上履き・飲み物・汗拭きタオル



【注意事項】 教室中のケガや事故については応急処置のみの対応とさせていただきます