

平成30年3月25日(日) 13:30~15:30

5cm幅のトランポリンで
楽しく運動しませんか?

参加費
1,500円
50名
(先着)



○○のCMに出演している
ふくだ ゆきみ
福田恭巳さんに教わる

スラックライン講習会

~楽しみながら体幹とバランス感覚を鍛えよう!~

会場：市体育館（市役所前）

(住所：中央区富士見1-2-15)

対象：市内または近隣市に在住・在勤・在学の人

申込：電話かEmailに氏名・年齢・住所・連絡先を記載ください。

~講師プロフィール~

- ・ギボンスラックラインインターナショナルのプロアスリート。
- ・国内最大の日本オープンスラックライン選手権で6度の優勝
- ・2013年スラックライン女子世界ランキング1位。
- ・キョーリン製薬や日清カップヌードルのCMにも出演。
- ・日本スラックライン連盟B級インストラクター

SlackLines (スラックライン)

- ① 2007年にドイツで生まれた、5cm幅のナイロン製ベルトの上を歩いたり飛んだりするスポーツ!
- ② オリンピック選手やサッカー選手も体幹トレーニングに取り入れている!
- ③ 海外では小学校等の教育現場や病院のリハビリ・高齢者施設でも使われている!
- ④ 年代を問わず楽しくできる全身運動で、ダイエットや運動能力のアップや転倒予防などにも効果がある!

「歩くななんて簡単」と思っている人!ぜひ体験してください。予想以上に難しく、筋肉痛になること間違いなし!

講習会後には、参加者対象で日本代表トレーナー・浅場淳平先生(あさば整骨院)による治療相談会も行うよ!(無料)



申込
問合せ

公益財団法人相模原市体育協会

相模原市中央区富士見6-6-23 けやき会館4F

TEL 042-751-5552 Email taikyo@jade.dti.ne.jp

HP <http://www.jade.dti.ne.jp/~taikyo>

