

総体トランポリン教室

人気の「トランポリン体験教室」が今年度から月1回の開催となります。
跳ぶ！跳ねる！楽しい！の全身運動トランポリンは子どもの発育に必要な調整力（素早さ、スムーズさ、バランス力）を養えるスポーツ。また、体幹を鍛えることで姿勢の改善にもつながります。
江戸川区トランポリン連盟の指導者が丁寧に指導いたします。

- ◆ 日程 4/24・5/22・6/26・7/17・8/21・9/25・10/23・11/27・12/18
1/22・2/26・3/26の各金曜日 ※ご都合の良い日程で申込できます
- ◆ 時間 ① 小学生対象19:00~20:00 ② 中学生以上対象20:10~21:30
- ◆ 場所 江戸川区総合体育館/主競技場
- ◆ 定員 各回20名（先着順・定員に達し次第締め切り）
- ◆ 持ち物 運動しやすい服装、靴下、飲み物
- ◆ 受講料 各回 ① 小学生500円 ② 中学生以上800円
- ◆ 申込方法 **一か月前の教室開催日の10時よりWEBにて申込開始**
※教室実施日の1週間前までに受講料のお支払をお願い致します
*手足の爪は短く切ってきてください。
- ◆ その他 *髪留めやピンなどは引っ掛かりやすいので外していただきます。
*服装について・・・ファスナーやボタンのついている服はなるべくお控えください。
- ◆ 問い合わせ 江戸川区総合体育館 電話 03-3653-7441
- ◆ 協力 江戸川区トランポリン連盟

