

トランポリン体験教室

トランポリンは全身運動です。

飛び跳ねることは喜びや楽しさにつながり、

大人の方はストレッチもしっかりとして運動不足解消にもなります。

子供から大人まで楽しくトランポリンを跳んでみませんか？

○日本体操協会トランポリン認定普及指導員が指導します。

- 1 日 時・・・ 平成29年7月24日（月）・25日（火）
9時45分 受付
10時00分 開始
11時30分 終了
- 2 場 所・・・ 堺市美原 B&G 海洋センター体育館
（堺市美原区阿弥 377-1）
- 3 費 用・・・ 1日500円（2日間参加は1000円）
- 4 対 象・・・ 幼稚園～成人
親子やお友達同士、おひとりでもどうぞ！
初心者、経験者は問いません。
- 5 人 数・・・ 各日25人（定員になりしだい×切）
- 6 服 装・・・ 運動しやすい服装（Gパン不可） 靴下（必ず要ります。）
- 7 持 ち 物・・・ お茶、タオルなど（冷房がないので必ず持ってきてください。）
- 8 申込方法・・・ 下記の内容を記入の上、メールで申し込んでください。
費用は当日お支払い下さい。

①氏名（ふりがな）、②学年・年齢、③連絡先（電話番号）、④希望日

申込先 kuma.trampoline@gmail.com

- 9 その他・・・ 傷害保険は加入しておりません、
万が一の場合は応急処置のみとなります。

主 催： 堺市トランポリン協会
ピョンコクラブ
後 援： NPO 法人美原体育協会

