

「すばしっこさ向上特訓」 「かけっこ特訓」 開催!!

★好評 特別企画★

この冬、球技で差をつけたい!!

球技で役に立つ敏捷性を鍛える!

すばしっこさ向上特訓

球技に必要なのは、早いスピードの中で
身体を安定させることが重要!!
前後左右の動きを取り入れ、身軽さの特訓!



とにかく早く走れるようになりたい!!

かけっこ特訓

まずは、「よーいどん」にすばやく反応!
その後は、しっかりとした加速!
より速く走る為のトレーニングをしよう!



【日程】 1月20日(土)
【対象】 年長～小学3年生
【内容/時間】 かけっこ特訓 10:20～11:10
すばしっこさ特訓 11:20～12:10
【参加費】 50分 1,600円(税別)/1クラス
※連続受講OK
【定員】 各クラス15名
※最小人数4名以上で実施

【日程】 1月27日(土)
【対象】 小学生
【内容/時間】 かけっこ特訓 10:20～11:10
すばしっこさ特訓 11:20～12:10
【参加費】 50分 1,600円(税別)/1クラス
※連続受講OK
【定員】 各クラス15名
※最小人数4名以上で実施



担当トレーナープロフィール 村田 竜哉

- ドイツライプチヒ大学公認 コーディネーショントレーナー
- 日本SAQ協会認定レベル2インストラクター

ご質問にもお答えします! 皆様のご参加お待ちしております。



12月19日(火) 11:00～ 受付開始 ※定員になり次第締め切ります



マックススポーツ緑地公園 06-6389-9900

〒564-0063 吹田市江坂町5-14-10-5F ◆受付時間/AM10:00～PM8:00(日曜AM8:30～PM2:00)