

SLACKLINE

スラックライン
体験教室

8.23

(Wed.)

10:00～12:00

豊浦体育館



いま注目されているニュースポーツ！

幅5cmのナイロンベルト上で
立ったり歩いたりします。

ココがスゴイ！

- ①体幹を鍛え、バランス感覚の向上に！
- ②姿勢改善に有効！
- ③全身運動であるため
高い健康効果が期待！

申込期間

7月3日(水)～8月18日(金)

対象者: 学区住民30名～50名

* 小学生から大人まで(保護者見学可)

参加費: 無料

持ち物: 室内用シューズ、飲み物

その他: 動きやすい服装でお越しください

講師

NPO法人 Body Products 前嶋 幸恵 先生

主催: 豊浦学区まちづくり推進会