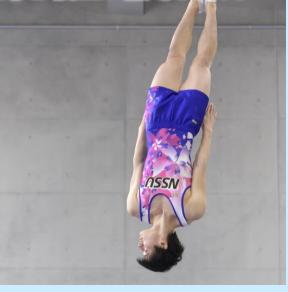
★ 普段味わうことのできない空中感覚や動作を体験しよう //

トランポリン

トランポリンは全身の筋肉を使って跳ぶ全身運動です。 楽しみながら体幹を鍛え、運動能力を高めることができます。

オリンピック公式器具を用いて、元日本代表コーチや国内 トップレベルの日本体育大学の選手が安全に指導します!





11月11日(±)11月18日(±) ³2 月17日(±)⁴2 月24日(±)

 $9:30 \sim 10:30$

場。東京・世田谷キャンパストランポリン場

東京都世田谷区深沢7-1-1

小学生、中学生、高校生

各回30名

1,000円(小学生500円)

①②10/11(水)9:00から11/1(水)まで ③④ 1/17(水)9:00から 2/7(水)まで

予定プログラム

- ① 準備体操
- ② 着地方法と姿勢
- ③ 様々なジャンプ
- ④ 選手の演技披露

受付はホームページのみ 先着順!! 定員に達し次第、締切



連続講座ではありません すべて同じ内容です 一人一回のみ

・前学期に参加された方は

日本体育大学 体育学部 准教授 山崎 博和



「申込はこちら

主催/日本体育大学社会貢献推進機構 後援/世田谷区、(公財)世田谷区スポーツ振興財団

「お問い合わせ」 日本体育大学社会貢献推進機構 スポーツプロモーション・オフィス

本学ホームページURL https://www.nittai.ac.jp/ Eメール shakaikouken@nittai.ac.jp

[東京・世田谷キャンパス] 東京都世田谷区深沢7-1-1 [横浜・健志台キャンパス] 横浜市青葉区鴨志田町1221-1 ☎ 045-507-1263

☎ 03-5706-0911

事務取扱時間 8:30~17:00

