



新感覚!!体幹トレーニングスポーツ!! 主催:犬山市体育館 自主事業

スラックラインスクール



キッズを対象に
1月より新規スタート

隔週火曜日/全6回

1月19日

2月2日、16日

3月2日、16日、30日

開催場所: エナジーサポートアリーナ内
メインアリーナ

時間: ① 5歳~小学2年クラス
16:30~17:30

② 小学3年~6年クラス
17:40~18:40

定員: 各20名(先着順)

参加費: 8,250円(税込)/全6回

持ち物: 動きやすい服装、ドリンク、タオル

安心のコロナ対応

・イベント前に検温を行います。 ・イベント前後で手の消毒をします。
・並ぶ際は間隔をあけて行きます。 その他3密対策に準じます。

スラックラインの効果

スラックラインはただの綱渡りではなく、エンターテインメント性の高いスポーツとして認知されています。トレーニングやフィットネスとしても有効であり、プロスポーツ選手がトレーニングの一つとして活用しているスポーツです。

● バランス感覚(体幹)が鍛えられ様々なスポーツに活用できます。

● 下半身の筋肉が鍛えられ重心が安定します。

● 集中力が向上するので、スポーツだけでなく勉強にも効果が期待できます。

体験会開催!!

12月15日(火)

① 5歳~小学2年 16:30~17:30

② 小学3年~6年 17:40~18:40

※定員各20名 定員になり次第受付終了!!

参加費

500円

申込・体験受付期間: 11月25日(水)~ 先着順 定員になり次第受付終了
※電話受付可能 回線が混み合い繋がらない場合もあります。予めご了承ください。

スラックラインってなに?

スラックラインとは、ウェビングと呼ばれる5cm幅のベルト状のラインの上でバランスを楽しむスポーツになります。綱渡りとトランポリンを合わせた様な、バランス力・体幹を鍛えながら浮遊感を楽めるという特徴があります。綱渡りを低く短くして、老若男女問わず安全に楽しめるように進化させたスポーツです。

お問合せ・お申込

エナジーサポートアリーナ
TEL:0568-67-8080

住所: 犬山市大字羽黒字竹ノ腰17-2
営業時間: 9:00~21:00 月曜休館