MIZUNO SPORTS SCHOOL

新感覚!!体幹トレーニングスポーツ！！

スラックラインスクール







バランス！
体幹・集中力！！
たのしいっ！！！！

■ 開催日
第１・第３火曜日

■ 時　間
５歳～小学校２年生クラス　16：30～17：30
小学校３～６年生クラス　17：40～18：40

■ 定　員
各２０名　＊先着順

■ 参加費
２，７５０円／月（税込）

■ 持ち物
動きやすい服装、飲み物、タオル

スラックラインの効果

ただの綱渡りではなく、
”エンターテイメント性”
の高いスポーツです♬

トレーニングやフィットネスとして
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ます!!

◆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、勉学にも効果が
期待できます！

スラックラインってなに？？

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。
綱渡りとトランポリンを合わせたような、バランス力と体幹を
鍛えながら浮遊感を楽しめるという特徴があります。

※お申込みの際にご提供いただく個人情報は、
厳重に管理いたします。
※スクールの活用の様子を撮影させていただき
活動報告に使用させていただく場合があります。
予め、ご了承いただきますようお願いいたします。

エナジーサポートアリーナ
（犬山市体育館）
TEL：0568-67-8080
〒484-0894　犬山市大字羽黒字竹ノ腰17-2
https://shisetsu.mizuno.jp/m-7142

●営業時間　9:00～21:00
●休館日　月曜日（祝日除く）
年末年始

主催：犬山市体育館自主事業　協力：犬山市スポーツネットワーク