



# トランポリン教室



一気に跳び上がると  
最高に気持ちいい！！

## トランポリンを 身に付けよう！

トランポリンの跳び方には様々な跳び方があります！たくさんの跳び方ができるように指導していきます！  
自分で練習方法を考えて、技術と感覚が向上するように努力しましょう！



中野コーチ

## Let`s challenge!

## トランポリンを楽しもう！

トランポリンで得られる空中感覚はどのスポーツでも役に立ちます！  
かかえとび、開脚跳び、ひざ落ち、背中跳び、腹落ち、足以外のポジションで跳べる感覚を身につけよう！  
ぜひみなさん、跳びに来て下さい！

## 無料体験 実施中

【対象】 15歳以上の男女  
【日時】 毎週金曜日  
19:00~20:30  
【料金】 6,400円  
10回/3ヶ月

鶴見スポーツセンター  
TEL:06-6915-2567