

SSC桜台 平成27年 **1月11日(日)** の体験会 場所：桜台体育館

# ロ〜ング スラックライン

綱渡り？ トランポリン？ 15mの長さを渡ってみよう！

乗るだけで体幹トレーニング、バランス感覚アップ、シェイプアップ効果があり、各種スポーツの上達にも役立ちます。

時間：10時 ~ 12時

参加費：小学生以上 500円

持ち物：室内履き・飲み物・タオル

申し込み：当日会場受付



世界ランキング1位福田恭巳さん

スラックライン定期教室

毎週土曜日10時~12時

桜台体育館

参加費 500円

## ラケットテニス・パドルテニス

時間：午後 1時 ~ 3時

参加費：小学生以上 100円

持ち物：室内履き・飲み物・タオル

申し込み：当日会場受付



NPO法人スポーツコミュニティ-桜

練馬区桜台3-28-1 桜台体育館内

TEL : 070-5376-2804

FAX : 03-5912-9900



SSC桜台 平成27年 **1月11日(日)** の体験会 場所：桜台体育館

# ロ〜ング スラックライン

綱渡り？ トランポリン？ 15mの長さを渡ってみよう！

乗るだけで体幹トレーニング、バランス感覚アップ、シェイプアップ効果があり、各種スポーツの上達にも役立ちます。

時間：10時 ~ 12時

参加費：小学生以上 500円

持ち物：室内履き・飲み物・タオル

申し込み：当日会場受付



世界ランキング1位福田恭巳さん

スラックライン定期教室

毎週土曜日10時~12時

桜台体育館

参加費 500円

## ラケットテニス・パドルテニス

時間：午後 1時 ~ 3時

参加費：小学生以上 100円

持ち物：室内履き・飲み物・タオル

申し込み：当日会場受付



NPO法人スポーツコミュニティ-桜

練馬区桜台3-28-1 桜台体育館内

TEL : 070-5376-2804

FAX : 03-5912-9900

