

綱渡りトランポリン スラックライン教室

スラックラインとは、幅約5cmのナイロンベルトの上でパフォーマンスを行う綱渡りとトランポリンを合わせたようなスポーツです。

乗るだけで体幹トレーニングになり、バランス感覚アップ、シェイプアップ効果サーフィン、スノーボードなどの上達にも役立ちます。

開催日： 平成25年4月～9月の毎月 第1 第3 土曜日(祝祭日を除く)

時間： 10時00分～12時00分

場所： 桜台体育館 2階アリーナ

費用： 各回毎 500円

対象： 5才以上

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・FAX 03-5912-9900



インストラクター

2012年ギボンカップ優勝

日本スラックライン連盟

ランキング第3位

我妻吉信氏、他

(開進第三中学校体育館併設)
担当：南波090-7410-7110