



スラックライン教室



受講者募集！！



スラックラインとは？！

2本の木などに張られた幅5cm程度のベルト状のラインの上でバランスをとって立ったり歩いたり、ジャンプやポーズなど色々な技をすることを楽しむスポーツです。体幹が鍛えられ、シェイプアップにも効果的です。プロのスポーツ選手やモデル、幼稚園や小中学校でもバランス感覚や集中力を養えると取り入れられ、また、介護予防にも効果が期待されています。年齢、性別、体格に関係なく自分のペースで遊べるライフスタイルスポーツです。気軽に楽しく達成感を味わえるスラックラインを是非体験してみてください。



【開催日】平成27年3月1日、8日、15日 日曜日 計3回

※雨天中止。8:30以降に明石中央体育会館ホームページ、フェイスブック、またはお電話にてご確認ください。

【クラス】①親子の部・・・小学生以下の子どもと親(2名)

②一般の部・・・中学生以上(シニア含む)

【時間】①親子の部 9:30~10:25

②一般の部 10:30~11:30

【受講料】①親子の部(2名)・・・2,500円(保険料込) 1名追加ごとに1,300円(保険料込)

②一般の部(1名)・・・1,500円(保険料込)

【会場】石ヶ谷公園内スラックライン優先エリア

【講師】・田中健雄さん(明石市在住) 日本スラックライン連盟認定インストラクター

輝登くん JSFed ランキング8位 ※2014年11月時点

GIBBON JAPAN インターナショナルプロライダー

・その他スラックライン愛好家の方々

【応募方法】電話にて受付(名前、年齢、性別、住所、連絡先)

【応募期間】平成27年2月1日(日)~15日(日) 18:00まで

【注意事項】

- ・教室当日は動きやすい服装、運動靴でご参加ください。
- ・お預かりした個人情報は、本イベントのみに使用させていただきます。
- ・主催者は、参加者を対象に傷害共済に加入します。教室中のケガまたはその他の事故については、主催者は応急処置及び傷害共済の範囲内の他は一切責任を負いません。
- ・広報の目的で、教室風景を写真撮影・HP等へ記載させていただきます。ご理解とご協力をお願い致します。

【問合せ・申込先】

石ヶ谷公園・明石中央体育会館 〒674-0053 明石市大久保町松陰 1126-47

TEL: 078-936-6621 (9:00~18:00 第1,3,5月曜休館)

