大館市トランポリン協会主催

短期 トランポリン教室

短期トランポリン教室を開催いたします。
トランポリンは、楽しいことはもちろん、基礎トレーニングとしての効果やダイエット効果も期待できるスポーツです。ぜひこの機会に体験してみませんか。大館市トランポリン協会の指導者が安全に指導し、また、継続したい方には、市内グループへのご紹介も致します。年齢制限はございません。現在、市内のグループでは、２歳から大人まで幅広く活動中です。

①体験会（まずは１回跳んでみたい人へ）

日　時：①１／１３　②１／２７　③２／３　④２／１０　⑤３／９
場　所：釈迦内トランポリン練習場（大館市釈迦内山神台３７－３）
参加料：500 円（１回）
定　員：１０名程度
服　装：動きやすい服装で（靴下着用）
年　齢：３歳～上限無し
時　間：１０：００～１１：３０
※有資格者が指導致します。スポーツ保険の加入はありません。

②短期体験会（全５回体験クラス）

日　時：①１／２７　②２／３　③､④２／５～２／２３で調整　⑤３／９
場　所：①②⑤回目は釈迦内トランポリン練習場（大館市釈迦内山神台３７－３）
③④回目は２／５～２／２３の期間中に市内各教室へ体験参加。担当が場所や日時を調整します。（釈迦内体育館・城西体育館・有浦児童館・グリアス田代・比内体育館）
参加料：２０００円（全５回）
定　員：１０名程度
服　装：動きやすい服装で（靴下着用）③④回目は内履き必要
年　齢：３歳～上限無し
時　間：１，２，５回目は 10：00～11：30　　３・４回目は 19：00～21：00
※有資格者が指導致します。スポーツ保険の加入はありません。

申込締切は開催日の前日です。体験可能人数に上限がありますのでまずはお問い合わせください。

お問い合わせ
大館市トランポリン協会　普及部　（米澤・和田）
メール：no.082600@gmail.com