

夏休み！とっくんだ！！

かけっこ教室

8/3(金) 8/9(木) 8/16(木) 8/24(金)

8：00～9：20

全4回それぞれ内容を変えてお届けします。テニスコートとビーチコートを使って他にないかけっこ教室を実現！もちろん効果も抜群です！

【第1回】8/3(金) テニスコート 足が遅いのは知らないだけ？ プロの選手も習う正しい走り方！	【第2回】8/9(木) ビーチコート 足の回転力をあげるには 足の指の使い方を知るべし！
【第3回】8/16(木) ビーチコート 地面をしっかりつかむ感覚を学べば ストライドが伸びる!?	【第4回】8/24(金) テニスコート 総まとめ実践編

- 【講師紹介】 川崎和樹
《資格》・NSCA-CPT 健康運動実践指導者・スポーツシューフィッターなど
《経歴》東京スポーツ・レクリエーション専門学校卒。在学中からトレーナーとしての仕事に携わり卒業と同時に独立。プロスポーツ選手から、プロを目指す方、一般の方の機能改善（肩凝り、ひざ痛、腰痛）など一人一人に合った目標への手助けをしている。
《指導歴》テニスインターハイの帯同、ビーチサッカー日本代表選手多数、その他にもゴルフ、野球、サッカー、バスケなど色々な選手を指導している。
- 【対象】 小学生 足が速くなりたい、取り組んでいるスポーツに役立てたいなど
- 【定員】 各日 30名
- 【料金】 全4回 8,640円(税込) 単発受講 2,592円(税込) ※参加日初日にお支払いいただけます。
- 【申込方法】 単発受講も可能ですが、なるべく全4回に参加できるようお願い致します。
①HPの予約フォーム
②お電話 047-406-6665
- 【持ち物】 運動靴(テニスコートでの開催日)、サンダル(ビーチコートでの開催日)、動きやすい格好、飲み物、帽子、タオル、着替え
- 【その他】 ●荒天の場合は開始1時間前に中止の決定をします。
●撮影した写真や映像を使用する場合があります。不可の場合は予めお知らせください。
- 【お問合せ】 オールサムズビーチスポーツパーク 千葉県船橋市旭町 4-169
TEL047-406-6665 <http://allthumbsbsp.com>

8月26日(日)ビーチフラッグス大会開催決定！詳細は別紙をご覧ください！