

今こそ差をつけよう！！苦手を得意に♪

# ～苦手を克服しよう～



Shinko SPORTS SCHOOL

トレーニング室  
無料券 プレゼント  
※1回分

6月20日(土)～イベント内容～

【**効果が出る！セルフリンパケア&ストレッチ講座**】 各¥1500

- ① 9:00～10:30 夏に向けてすっきりコース【上半身コース】
- ② 10:45～12:15 悩み解決コース【下半身コース】

首・肩の凝りを感じる 猫背 腕の脂肪が気になる  
マスクを外した時ほうれい線が気になる 下半身太り etc  
様々な悩みを【上半身】【下半身】に分け解消していきましょう

【**初心者コース お楽しみバドミントン教室**】 各¥1000

- ① 9:00～10:00 バドミントン教室 対象:年長～小学2年
- ② 10:15～11:15 バドミントン教室 対象:小学3～6年
- ③ 11:30～12:30 バドミントン教室 対象:中学生以上



バドミントンをやってみたい 打ち方が分からない  
遠くに飛ばない ラリーを楽しみたいけどラケットに当たらない  
～ぜひ、みんなで楽しくカラダを動かしましょう♪～

【**元体操選手が教える！逆立ち☆側転教室**】 各¥1000

- ① 9:00～10:00 逆立ち☆側転教室 対象:年中～年長
- ② 10:30～11:30 逆立ち☆側転教室 対象:小学1～4年



※①の教室は親子同伴となります



元全日本ファイナリストが教える！逆立ち☆側転教室  
運動が苦手なお子さんでも分かりやすく指導いたします！

□お問い合わせ・申し込みについてはHP又は窓口まで□  
TEL:0538-31-2070 さわやかアリーナで検索



SAWAYAKA.FUKUBOJI