



苦手→克服!! 得意種目→能力アップ!!

スポーツ塾の特徴 体育指導 30年の実績!!

苦手な子は 苦手克服!! 得意な子は もっと上手に!!

長続きしない柔軟運動、体幹トレーニングも教室なら出来る!! 可動範囲を広げ怪我をしない身体の基礎を作ります
バランストレーニング、鬼ごっこ等で速く、機敏に動ける様になります
ボールを使用したコーディネーショントレーニングにて神経系統の発達を促します
マット（倒立、側転、バク転） 跳び箱（開脚とび） 鉄棒（逆上がり、連続回り）
縄跳び（3重跳び、ダブルタッチ）までできるように練習していきます
日本代表 長友選手の専属トレーナー、コバメディカルジャパンに協力いただき入会時にメディカルチェックを行い、その結果を元に本人の苦手な部分を克服し得意な分野を伸ばせるような運動を行っていきます



FRIENDLY スポーツ・サッカー・新体操・チアリーディングクラブに在籍の方は
プラスワンスポーツ塾 入会金 2500 円 月会費 2750 円で参加できます。

教室のご案内 (各教室定員 10名)

- 指導員・・・小野澤貴城 (経験豊かな指導員です)
- 練習日時 対象
- 毎週月曜日 16:00~17:00 (小学4年生~6年生)
- 毎週水曜日 16:00~17:00 (小学1年生~3年生)
- 場 所
- 江戸川区松江 2-26-19 プラスワンスポーツ塾
- 入会金 4,500 円
- 月会費 5,500 円
- (現在在籍中でプラスワンスポーツ塾が 2 つ目以上の方は
入会金 2500 円(メディカルチェック代含む) 月会費 2750
円になります)

★メディカルチェックで腰・膝・足の関節、バランスの状態を確認でき、トレーナーの観点から分析をし今後強化すべき点を予め把握することが可能となります

公益財団法人日本スポーツクラブ協会加盟



132-0024
東京都江戸川区一之江 3-2-38-501
TEL 03-5663-1512 Fax 03-5663-1513
メール plus@hiroba.co.jp
<http://hiroba.co.jp>
<http://friendly-club.com>



スポーツ



サッカー



ONE
スポーツ塾
プロ塾



新体操



チアリーディング



がんばる 自分が もっと 楽しくなる

