



レスリング1日体験会



レスリングって何??



格闘競技の1つだよ! 2人の競技者が素手でマット上で組み合います。
相手の両肩をマットに押さえつけることを競います!!
下半身の攻撃を禁ずるグレコローマンスタイルと、どこを攻めてもよい
フリースタイルの2種目があるんだって!!

体験会って何するの??



準備体操をしてからマット運動をします。
まずは受身を覚えてから、タックル、寝技、ローリングにチャレンジしてみよう!

指導者: 吉原コーチ

レスリング初段、6年経過後
幼児から小学生対象に基本指導



9月10日(土)・11日(日) ※どちらかの日程を選んで下さい

【時間】 8:45~9:45 (60分授業)

【対象】 小学1年生~4年生

【定員】 5名 ※少人数制 最少催行人数 2名

【参加費】 1,080円 (税抜)

【申込開始日】 8月26日(金)~9月9日(金)

お申込はフロントにて受付です!

