

～スポーツを楽しく学ぶキッズキャンプシリーズ～



ちびっこレスリング 教室

元レスリング選手で国体入賞経験もある渡邊コーチが教える
ちびっこレスリング教室！
スポーツの経験が無くても大丈夫！強くなりたい子、体力をつけたい子、
元気が余っている子は是非ご参加下さい。
練習後は景品がGETできる楽しいゲーム大会もあるよ♪

日 時：1月25日（日） 11：10～12：10
2月22日（日） 11：10～12：10
3月22日（日） 11：10～12：10

内 容

- ・前半：マット上や床でコーディネーション運動（運動神経を高める運動）をゲーム感覚で行います。また、安全に練習を行うために受け身の練習を行います。
- ・後半：レスリングのタックル、簡単な投げ技の練習と、スパーリング（試合形式の練習）を行います。

対 象：小学生・中学生

定 員：各10名（最少催行6名）

参加費：1回 2,200円
3回分5,900円（各税込み）

持ち物：動きやすい服装（Tシャツ、短パン）汗拭きタオル・水筒

申込み：当クラブレセプションにてお申込み下さい。

締切：各日程前日迄
※キャンセル料…前日50% 当日100%



お申込みはコチラから→

