

ウエイトリフティング

無料体験教室開催

小学生を対象に募集します。



内容

- ☆ウエイトリフティング動作習得
- ☆基本動作を習得することにより、柔軟性・バランス感覚の育成



新しいスポーツへ
挑戦しませんか！

ウエイトリフティング競技に興味のある方は、個別にご相談ください。ウエイトリフティングのフォーム習得を通して体力アップにつなげよう！

参加料:無料(教室における傷病事故については、責任は負えません)

※スポーツ安全保険加入を希望の方は800円が必要です

申し込み方法 tokushimaw12017@yahoo.co.jp まで次の項目をメールください

しめい

○希望日○受講者の氏名○性別○学年○連絡先 TEL かドコモ○保険加入の有無(加入時は、生年月日をお知らせください)

締切日:1回目 令和3年11月25日(木) 2回目12月2日(木)

準備物:上履き、水分、タオル、マスク、運動のできる服装

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から教室を延期、中止する場合があります。その場合はご連絡いたします。

期 日:1回目 令和3年11月28日(日)・2回目12月5日(日)

※内容は同じですが、2回とも参加OK(初回優先)です

受付・検温:午前10時～ 開始:午前10時15分～11時30分

募集人数:各回10名程度(先着順)

募集対象者:概ね小学校高学年

場 所:鳴門渦潮高校ウエイトリフティング練習場 (第2体育館横)

主催:徳島県ウエイトリフティング協会