

体幹・アジリティスクール



コース概要

開催：第2/第4 月曜日

場所：宝塚市内体育館

時間：19:15～20:45

対象：小3～中3

定員：48名

月謝：5,000円

※月謝は税別表記です。

※無料体験は1回可能です。

※年間24回開催保証。

コース説明

スポーツの基礎である体幹とアジリティを徹底的に学ぶコースです。基礎体力向上など将来において上級のプレイを目指す選手は必須になります。世界のトップ選手でこの能力が低い選手はいません。

練習場所

宝塚市内体育館

住所：総合体育館 宝塚市小浜1丁目
末広体育館 宝塚市末広町3

