

Arrows体操教室

運動革命

1DAY ゴリット教室



魔法のコツを伝授 60分で上手くなれ！！

プロトレーナーによる圧倒的な指導力
”Arrows”が教える1日限定教室

運動を「科学」する！！

2023年8月11日(金・祝)



- ① 10:00~11:00 走り方革命「かけっこ教室」
- ② 11:15~12:15 縄跳びメソッド「縄跳び教室」
- ③ 12:30~13:30 プロも実践「投げ方教室」

上記よりご希望の教室を選んで、お申込みください。

対象 未就学(年少~年長)
年齢 小学生(小1~6年)

各クラス 定員10名

申込方法

こちらのQRコードから
お申込みください。



費用

1,500円(税込)

※兄弟2人目から500円OFF

開催
場所

Arrowsスタジオ倉敷店

住所：倉敷市玉島長尾3070

お問合せ先 Arrows事務局 086-523-5582

SUMMER



当日の流れ



プログラム

かけっこ教室

10:00~11:00



- ①準備体操：「走り」に向けて、戦闘態勢に。
- ②かけっこ計測(before)
- ③プロアスリートも実践
走り方^秘プログラム
- ④かけっこ計測(after)
- ⑤参加記録証 贈呈

縄跳び教室

11:15~12:15



- ①準備体操：「縄跳び」に向けて、戦闘態勢に。
- ②動作解析指導「縄跳び動作」指導
※年齢や現状に応じて、跳び方や指導内容は合わせて指導させていただきます。
- ③参加記録証 贈呈

投げ方教室

12:30~13:30



参加者満足度
96%

- ①準備体操：「投げる」に向けて、戦闘態勢に。
- ②球速計測(before)
- ③プロ野球選手も実践
投げ方^秘プログラム
- ④球速計測(after)
- ⑤参加記録証 贈呈

将来、どんなことにも 挑戦できる心と身体を 作る教室！！

Arrows

体操教室

Arrowsスタジオ倉敷店
住所：倉敷市玉島長尾3070
TEL:086-523-5582
受付時間 平日・土
12:00~20:00

