福田恭巳さん総合監修
～スラックライン教室～

日　時：令和3年9月22日（水）　午後7時15分～8時45分

～楽しみながら体幹とバランス感覚を鍛えよう～

スラックラインとは・・・

5cm 幅のナイロン製のベルト状のラインの上でバランスをとる老若男女問わず
できるスポーツです。2007 年にドイツで生まれ、体幹トレーニングやフィットネス、
リハビリ、さらにはオリンピック選手のトレーニングなどにも使われています。

プロスラックラインライダー
福田　恭巳　氏
監修及び代表講師

対　象　5歳児（年長）以上の方　＊小学生以下は保護者同伴です。
定　員　20名（申込順）
費　用　1，000円
会　場　相模原ギオンスタジアム　バックスタンドC器具庫
申　込　窓口／メール（HPの申込フォーム）／電話／FAXにて、教室名、
　　氏名（フリガナ）・住所・電話番号・年齢をスタジアムまで申込ください。
持ち物　「新型コロナウイルス感染症対策チェックリスト」、運動のできる服装、
　　室内履き（底が平らの靴又は裸足）・水分補給用の飲み物、汗ふきタオル、
　　ゴミ持ち帰り用袋、アルコール消毒液（ご持参できる方）など

8月15日　午前8時30分から募集開始です。

相模原ギオンスタジアム
〒252－0335　相模原市南区下溝4169
TEL　042－777－6088　FAX　042－777－0161
メール　asamizo-stadium@dream.jp
HP アドレス　http://www.a-stadium.jpn.org

広報さがみはら
8/15日号掲載