

2025年度

秋

講座



パルクール教室

パルクールとはフランスではじまった運動方法で走る・跳ぶ・登るなど、主に移動という動作でより自然な心からの強さを身に着ける方法です教室では、基本動作から生活の中でケガを防ぐ動きを先生から楽しく学んでいきます。

開催日時：10月～12月【第1・第3金曜日】【第2・4金曜日】【月4金曜日】

(講師スケジュールにより調整の場合あり)

初心者・体験向けコース：18:00～19:00 1期以上経験コース：19:15～20:15

日程： 第1・3金曜 (3ヶ月/計6回)	<u>10/3</u>	<u>10/17</u>	<u>11/7</u>
	<u>12/5</u>	<u>12/13</u>	<u>12/19</u>
第2・4金曜 (3ヶ月/計6回)	<u>10/24</u>	<u>11/14</u>	<u>11/28</u>
	<u>12/6</u>	<u>12/12</u>	<u>12/26</u>
月4金曜 (3か月/計12回)			

会場：びんご運動公園 しまなみ球場 会議室

参加料金： 第1・3金曜日：18,480円(3ヶ月6回)

(すべて税込) 第2・4金曜日：18,480円(3ヶ月6回)※18:00～19:00のみ開講

月4コース：36,960円(3か月12回)

体験：3,080円※体験は1回限り

対象：6歳～大人 ※初心者大歓迎！

定員：各クラス20名 (定員になり次第締め切ります)

準備物：動きやすい服装・室内シューズ 飲み物・タオル・保険証



申込・お問合せは TEL 0848-48-5446

※体調の悪い方は、ご参加をご遠慮ください

