

コーディネーション トレーニング塾 2016

SPECIAL TRAINING スペシャルトレーニング

無料体験
随時受付中

コーディネーションの能力には、リズム能力、バランス能力、変換能力、
反応能力、連結能力、定位能力、識別能力の7つがあります。

RHYTHM
リズム能力

BALANCE
バランス能力

CHANGE
変換能力

RESPONSE
反応能力

今を超える速さ、強さ。

CONCATENATION
連結能力

ORIENTATION
定位能力

IDENTIFICATION
識別能力

コーディネーション・トレーニングは、神経系の運動能力を高め、運動神経を鍛える今注目のトレーニング方法です。欧米で以前からトップアスリートの養成に利用されてきました。現在ではアスリートの運動指導にも活用されており、全国の教育機関、スポーツクラブ、あらゆるプロスポーツの現場でも続々採用されています。



●会場：月出グラウンド  出来るだけランニングシューズで参加してください。

幼稚園 年中

●日時：第1・2・3【火・金曜日】 18:30~19:30 ●会費：週1回(月3回) 3,000円
週2回(月6回) 4,000円

小学1~6年生

APSETAのスクール複数加入の場合 500円割引となります。

■申込みは電話またはメールで

APSETAでは、幅広い世代の人々が各自の興味関心・競技レベルに合わせて、さまざまなスポーツに触れる機会をもてるよう、総合型地域スポーツクラブとしてスポーツ環境を提供しながら明るい街づくりを目指しています。

総合型地域スポーツクラブ

詳細はお気軽にお問い合わせください!

APSETA

All People Smile Enjoy Town Always
(すべて) (人々) (笑顔) (楽しむ) (町) (いつでも)

APSETAは「すべての人々が笑顔で楽しく過ごす町をいつまでも」という理念のもと生まれました。

《連絡先》TEL 096-369-2200 TEL 070-5277-4888
web: www.apseta.com email: info@apseta.com

〒862-0921 熊本市東区新外3丁目1-102 202号



この事業はスポーツ振興くじ助成金を受けて整備されたものです。