

9月30日（土）開催！！
初心者限定体験イベント

先着10組限定！！

親子で一緒にレスリング

気合だ！気合だ！気合だ！気合だ！気合だー！！



思い出作りよし！ 強くなるためよし！

☆親子で一緒にレスリングを体験し、親が子供のタックルを直接受けて思い出を作りましょう！

☆子供の強くなりたいという気持ち、親の子供を強くしたいという気持ちを、レスリングは叶えることができます！

〈体験内容〉

親子で一緒にストレッチやマット体操をおこない、レスリングの基本的なタックルを習います。

子供がお父さんお母さんを、タックルで倒すことを目標に体験していただきます。

希望者には大人のタックルチャレンジ体験も用意しております。

『レスリング』ってなあ～に？

やわらかいマットの上でタックルや投げ技などを使ってポイントを競う競技。
パワー・瞬発力・柔軟性・判断力・礼儀・思いやりを身につけることができます。

レスリングは、水泳・体操と同じく全身運動のため子供の運動神経を良くするスポーツとして、注目されています！

講師紹介

岡本 景虎(22)

〈成績〉

(過去) 小学生市民大会 予選敗退

中学生県大会 予選敗退

↑↓

(現在) 日本代表

全日本大学選手権 優勝

全日本 JOC 杯 優勝

講師コメント

「成績の通り、自分は決してエリートだったわけではありませんでした。だからこそ、子供たちに伝えられることが沢山あると思っています！！」

一緒に子供の可能性を引き出しましょう！！

場所	横浜市都筑スポーツセンター（第三体育室）
日時	9月30日（土）13:15～14:45
対象者	初心者の小学生と保護者（性別関係なし）
定員	先着10組 限定
料金	一組 700円
持ち物	体育館シューズ・着替え・飲み物・タオル
参加方法	インターネット・電話または 受付にて直接お申し込みください(9/7 受付開始)

横浜市都筑スポーツセンター

指定管理者 公益財団法人横浜市スポーツ協会
〒224-0053 横浜市都筑区池辺町 2973-1

電話 045 (941) 2997