

## 持ち物

運動しやすい服装・短なわとび・体育館用シューズ・水分

## 参加費

500 円

## 申込方法

(一社)愛媛県なわとび協会ホームページ内の「申込フォーム」よりお申込みください。申し込み締め切りは2月25日(土)です。ただし、先着30名となった時点で締め切らせていただきます。



## 注意事項

- ・ 新型コロナウイルス感染症拡大の影響等により、イベントの内容の変更や中止の可能性があります。あらかじめご了承ください。
- ・ 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、受付で健康チェックの記入をお願いします。
- ・ 当イベントにおいて発生した一切の事故や怪我・病気などの責任を負いかねますことをあらかじめご了承ください。
- ・ イベント中の様子がテレビ放映や新聞等の報道、(一社)愛媛県なわとび協会ホームページ、SNS、子ども夢基金助成活動報告等に名前や写真が掲載されることがあります。

### 注目!

なわとびは、コロナ禍におけるソーシャルディスタンスでも取り組める運動として注目されています。特に短なわは、1人でいつでもどこでも取り組める手軽な運動です。また、1日10分のなわとびは、30分のジョギングと同じ効果があるという研究結果もあります。

### SP ゲスト



#### 粕尾 将一さん(縄のまっちゃん)

日本なわとびアカデミー代表理事

2度全日本・アジアのチャンピオンに輝く実力者。2010年からは世界的サーカス「シルク ドゥ・ソレイユ」の「La Nouba」と専属契約を結び、ショーに出演。2015年に契約満了するまで2500回の公演に出演し活躍しました。2016年に帰国し、一般社団法人日本なわとびアカデミーを設立。分かりやすく、的確な指導と声掛けによりたくさんの「できた!」を体感させることができます。日本でも有数のなわとびの指導者です!

