

必ず跳べるようになる！ なわとび教室

プロなわとびプレイヤーが全力で教えます！

プロなわとびプレイヤーの森口明利氏による、必ず跳べるようになる「なわとび教室」を開催します。ゲストになわとび競技現役日本代表もが来場予定。教室だけでなく、世界レベルのなわとびパフォーマンスを見ることがもできます。徳島県初開催のイベントです。たくさんの参加をお待ちしております。

日 程：令和5年9月16日（土）

13:30～14:30…初めてのなわとびクラス

前とびや簡単な縄遊びを中心に行うクラスです。持ち方や縄の長さ、前とびをたくさんとべる方法など縄跳びの基本を学ぶことができます。

14:45～15:45…交差とび・二重とびクラス

前とびが連続で10回以上とべる子を対象に、交差跳びや二重跳びの練習を中心に行うクラスです。小学校の体育で習うとび方が上手になるコツや、練習方法を学ぶことができます。

16:00～17:00…はやぶさ・三重とびクラス

二重跳びが連続で3回以上とべる子を対象に、さらに難しい技にチャレンジするクラスです。学校で跳べたらヒーロー！あや二重跳びや三重跳びのコツ、練習方法を学ぶことができます。

場 所：松茂町総合体育館メインアリーナ

参加費：1教室あたり500円

定 員：各教室先着100名まで

準備物：室内用運動靴・なわとび

SPゲスト



プロなわとびプレイヤー 森口明利さん

人類史上初の7重とびを達成！現在8重とびにチャレンジ中！！わかりやすい指導で誰でも跳べるようになります。また、当日は世界レベルのパフォーマンスも披露してもらいます。