

# 夏の特別企画

## スポーツで友達と差をつけよう ブレイブボード 3つの乗り方レッスン

ブレイブボードに乗ることで動的バランス感覚を養えます：大学スポーツ研究機関より  
「動的バランス」とは、動きながらのバランス感覚。例えばサッカーで走りながらボールを蹴る、野球なら走りながらボールを取る、バスケットでドリブルをするというように、多くのスポーツで役立つ運動神経です。そこをさらに伸ばすのはもちろん、ただ乗るだけでなくワンランク上の乗り方をお伝えします。

**日程** 7月22日(月)

**第1部** 小学1・2年生 9時20分～10時20分  
※親参加必須 (9時5分集合)

**第2部** 小学3年生以上 10時40分～11時40分  
(10時25分集合)

**定員** 各15名 ※対象者：サポートなしで進める小学生



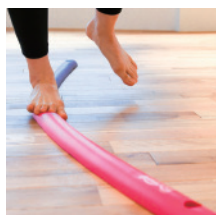
詳細はコチラ

### ブレイブボーダー YUTAくん体験談

1・2年生の頃はスポーツテストも3,4点、平均以下。小学2年生から乗り始めたプレボーがYUTAくんを変えた。遊び続け約1年後、苦手の反復横跳びが最高の10点！動的バランスが養われ重心移動や切り返し得意に現在は中学生。世界最高峰障害物のスバルタンレースにキッズ日本代表として出場するまでに！



2018年平昌オリンピック最年少出場 国産大見選手、他にも角野友基選手がプレボーを使用



▲「モヤさま」で紹介されました。

## いつでも、どこでも、みんなで。 スラックレール

スラックレールは、スラックラインというスポーツから生まれた、床に置いて乗り、バランスを取ることで、様々なスポーツで必要とされる「体幹」「バランス」「集中力」を養う事が出来るスポーツイデです。見た目以上に、乗る事自体が難しいので、バランスを取って乗るだけでその効果が得られます。

**日程** 7月29日(月)

**第1部** 小学1・2年生 9時20分～10時20分  
(9時5分集合)

**第2部** 小学3年生以上 10時40分～11時40分  
(10時25分集合)

**定員** 各50名



### 開催場所

文京区立大塚小学校体育館(文京区大塚4丁目1-7)



**参加費** 1,000円

**申込方法** NPO法人大江戸内の専用ページにて、必要事項をご記入のうえお申し込み下さい

### 注意事項

- 各自、飲み物を持参して来てください。
- 室内用の運動靴を用意してください。
- 貴重品は自己管理してください。
- 動きやすい服装で来てください。
- 保護者の方も室内履きをお持ちください。
- 主催者は、傷病や事故について、応急処置を除いて一切の責任を負いません。

詳しくは <http://npo-ooedo.org>

**6月30日(日) 10:00 より  
エントリー開始**