



総合型地域スポーツクラブ NPO法人ベーススポーツ



見学・体験
大歓迎！

宮上教室 会員募集中！

場所 宮上小学校体育館 相模原市緑区橋本4-11-1

対象 年長～小学生

時間 17:00～18:00 陸上（走り方教室・コーディネーショントレーニング）
18:20～19:20 体操（体力づくり運動/ボール・縄跳び他）
（器械運動/マット・とび箱・鉄棒・トランポリン）

曜日 毎週月曜日

持ち物 動きやすい服装でお越しください。
水筒・タオル
陸上はインシューズ持参



未経験大歓迎

未経験OK！
レベルに合わせた
段階指導を行います

指導員紹介

黒木翔斗
2023全日本マスターズ体操
第3位

振替練習

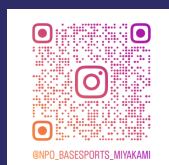
橋本小学校でも毎週金曜日に
やっていますので
振替練習が可能です

お問い合わせ

☎ 080-6189-1578（黒木）

✉ k.4410gym@icloud.com

練習の様子など更新中！



Instagram



HP