

「リズムが変わる すべてが変わる」

リズムジャンプ

リズムジャンプってなに？



体験会

音楽のリズムに合わせて様々なジャンプをします。

リズムを高めることで、運動能力の向上だけでなく、様々なスポーツやダンスの基礎が身に付きます！スポーツ指導や教育現場でも幅広く取り入れられている「リズムジャンプ」をぜひこの機会に体験しましょう！

親子リズムジャンプ体験会

第1部

9:15～10:15

スポーツリズムトレーニング

年中から小学1年生の親子集合！

親子で一緒に体験してみよう

費用:大人もこどもも1名600円

持物:うち履き・飲み物・タオル



第2部

キッズリズムジャンプ体験会

10:30～11:30

小学2年～6年生の子ども集合！

リズムジャンプを体験してみよう

費用:1名600円

持物:うち履き・飲み物・タオル



講師 中島恵子先生

一般社団法人スポーツリズム
トレーニング協会
認定インストラクター

福島県内を中心に、スポ少から
高校までリズムトレーニングの
指導をされています

2025

6月14日(土)

会場 三条市栄体育館

【お申込み・問い合わせ】

1部、2部ともに、QRコードより

お申込みください

定員になり次第受付を終了します

■三条市栄体育館 三条市新堀2113

TEL:0256-45-1150 (9:00～21:30)

