

硬式野球教室

中学引退から高校入学までの半年間で硬式ボールに慣れることを目的にしています。またウエイトトレーニングも取り入れながら走り込み、コーディネーショントレーニングをして高校野球に向けて体作りをしていきましょう！

実施期間	平成21年9月7日(月) ~ 平成22年3月29日(月) ※祝日はお休みになります。
対象	部活を引退した中学3年生
内容	活性ストレッチ、キャッチボール、バッティング・ノック等 ウエイトトレーニング、コーディネーショントレーニング
指導	エンジョイスポーツクラブ魚沼 スタッフ
時間	月曜日 午後7時 ~ 9時30分
場所	日本ウェルネススポーツ専門学校・体育館 (旧原小学校 堀之内町明神17)
定員	20名 (定員になり次第締め切ります)
参加費	入会費 2,900円 (年会費2,400円、保険料500円) 月会費 3,000円

無料体験会!!

8月 31日(月) 午後7時~9時30分

日本ウェルネススポーツ専門学校
・新潟校 体育館

体験会申し込み締切り 8/24(月)



硬式野球教室は体験会終了後から受付開始!!

申し込み 電話またはFAXにてE-SPO事務局までお申し込み下さい。



エンジョイスポーツクラブ魚沼事務局 TEL・FAX 792-6919

魚沼市井口新田267 小出郷福祉センター2F

※硬式野球教室体験会・硬式野球教室参加申し込み及び保護者同意書は受付時に必ず提出して下さい