

フラッグフットボール×脳トレ ~ワンコイン体験会~ 5/21(水)

参加費1人500円/



持ち物/

ドリンク
動ける格好
タオル

すばるコーチ 現役アメフト選手&パーソナルトレーナー

経歴:帝京平成大学アメフト部出身/'22富士フィルムMinervaAFC/'23~東京ガスクリエイターズ/トレーナー歴4年

遊びながら『考える力』と『運動神経』をバランスよく鍛えよう！
アメリカ生まれの「フラッグフットボール」と、遊びながら頭を使う「脳トレゲーム」をミックスした、新しいタイプの運動教室！

みんなで楽しく！

こんな方にも！

レッツチャレンジ！



**運動が苦手でも
未経験もOK**

反応・記憶・判断など、
脳を活性化するミッショ
ンやコミュニケーション
力・協調性も自然とUP！



フラッグを取ったり逃げ
たりする簡単スポーツ



**思考能力を鍛
える**

・ゲームばかりで体を動
かす機会が少ない
・チームで協力する経験を
させたい



・運動も勉強も楽しめ
る“きっかけ”がほしい！
・親子参加OK



**オリンピック種
目にも！**

2028年ロサンゼルス
に選出！まだマイナー
ですが、小学校に普及
してきてます。



成功・失敗を繰り返し
工夫をしながらすすめ
ることでチャレンジ精
神を育みます。

対象：小学生（全学年）

場所：中台運動公園 球技場(人工芝)

15:30~17:00撤収 遅れて参加OK！

公式LINE E-GYM

お申し込みは公式LINEで「フラッグ」と送信

