

BASKET BALL EVENT

8月6日(木)・8月27日(木)

子どもから大人まで！

実践を通して普段のプレーに活かせるよう
スキルアップを目指しましょう♪



じん ひかる
講師・神 輝

講師経歴 JBA公認A級コーチライセンス

2017-2021:埼玉栄中学校・高等学校バスケット部アシスタントコーチ

2021-2022:B2アースフレンズ東京Z/U15アシスタントコーチ 兼 アカデミーコーチ

2022-現在:さいたまブロンコス普及部長/さいたまブロンコスU18ヘッドコーチ/
埼玉県バスケットボール協会代議員/U15マネジメント部会副部会長

子どもから大人まで全5クラス！

詳細は裏面をご確認ください

◆ 場所

中野区立総合体育館 メインアリーナA面

◆ 申込方法

7月6日(月) 10:00～

中野区立総合体育館 総合受付

または電話受付 Tel 03-5860-0024

◆ 持ち物

室内履きの運動靴・フタつきの飲み物

経験者の方はマイボールをお持ちください

問い合わせ 中野区立総合体育館 03-5860-0024

開催クラス

・8月6日(木)・8月27日(木)
両日、開催場所、時間は同じです
・お支払いは当日開始前にお願いいたします

はじめての バスケットボール体験 11:30～12:30

対象：年中～小学2年生
定員：12名
料金：1500円(税込み)

バスケットボールの基礎を楽しく学びます
ドリブル、パス、シュートなど、
バスケットボールの動作を
実践を通して楽しく学び、試合も行います
運動やバスケットボールが初めてのお子様にも

スキルアップ クリニック① 13:00～14:30

対象：小学3年生～6年生
定員：20名
料金：3000円(税込み)

バスケットボールの基礎からスキルの習得までを
目的とし実戦でのスキル向上を目指します
トレーニングマッチなどを行います

スキルアップ クリニック② 15:00～16:30

対象：中学生
定員：20名
料金：3000円(税込み)

中学世代に必要なバスケットボールの習得や
基礎の動きはもちろん戦術など
プレーに必要な要素を実践を通して学びます

初心者大歓迎！ 大人のワイワイバスケット① 18:30～20:00

対象：18歳以上
定員：20名
料金：3000円(税込み)

簡単なバスケットボールの基礎や
運動不足解消トレーニングを行います
コミュニケーションを大切にし、
楽しくゲームや試合を行います
運動初心者の方も気軽に参加できます

スキルアップに！ 大人のワイワイバスケット② 20:05～21:35

対象：18歳以上
定員：20名
料金：3000円(税込み)

個々の能力に応じたスキルを習得します。
大人になっても上手くなることを実感し
更にバスケットボールが楽しめるようにします
習得したスキルを実践できるよう
楽しくトレーニングや試合を行います