

集え！4年生以下プレイヤー

U10 バスケクラス “Bars bit” (バース ビット)



4年生以下のバスケットボールチーム「バースビット」を開講します。

バスケを通して心身ともに成長することを目的とするクラスです。
これからバスケを始めたい、自チームと別にもう少し練習したいなど、
上手に活用する場として、楽しく緊張感のある雰囲気のあるクラスに参加しませんか？

🍌 内 容



バスケのスキルアップ

- ・正しいボールの扱い方
- ・視野を広げる
- ・判断力の向上
- ・ゲームの実践



カラダの使い方

- ・上手な体の使い方
- ・正しいストレッチ
- ・神経系の向上
- ・リズムトレーニング



その他

- ・仲間との協調性
- ・礼節を身につける
- ・個人指導
- ・家庭用ホームワーク

🍌 対 象 小学校1～4年生 またはバスケ未経験の5、6年生
※現在U12のチームに所属している子も参加可能です。

🍌 練習日 火曜日 17:00～19:00 福岡市立金武小学校
木曜日 17:00～19:00 福岡市立四箇田小学校

🍌 料 金 週1回参加：6,000円 入会金なし、年会費なし
週2回参加：8,000円 保険：各自