

体操部



◆活動日時

月、火 2時間程度 土・日のどちらか 3時間程度

◆一言

体操部は、女子新体操をしています。秋の新人大会での入賞を目標に日々活動しています。

主な活動内容は、バーレッスン、柔軟、体幹などの基本トレーニングや手具を使った演技などの練習です。個人の技の上達と共に団体演技での一体感、チームワークを高めるために明るく元気に頑張っています。

◆その他

初心者や体が硬い人、大歓迎です。