

# スポーツは科学だ。

アローズジムのプログラムは、充実した設備環境とプロフェッショナルなトレーナー陣の指導のもと、「スポーツドック」による能力測定の結果に基づいたトレーニングで運動能力を向上させる「科学トレーニング」です。

## アローズジム ららぽーと横浜校

# 6.2 関東初進出!

SATURDAY

### 新規会員募集中!

- ▶小学生 COURSE
- ▶中学生 COURSE

# OPEN!

スポーツビジョン  
WATCH  
見る

スプリント&ジャンプ  
RUN  
走る

低酸素トレーニング  
MORE  
もっと  
RUN  
走る

見る 動く 走る もっと走る

4つのトレーニングの継続で、3ヶ月後には速く走れる!

小学生  
ELEMENTARY SCHOOL COURSE  
コース  
中学生  
MIDDLE&HIGH SCHOOL COURSE  
コース

コーディネーション  
MOVE  
動く

## 6.2 ± 9 ± 16 ± 23 ±



スポーツ科学のチカラで、キミの能力があばかれる?!

### 小学生 カケッコ × 眼ヂカラ 測定会

同開催 中学生・高校生 アスリート 測定会

小学生 カケッコ × 眼ヂカラ 測定会

■ 第1部 10:30~11:30 ■ 第2部 13:00~14:00 ■ 第3部 15:00~16:00

中学生・高校生 アスリート 測定会 17:00~18:00

参加費 無料 各部 30名 限定 所要時間 60分

完全予約制となります。ご予約は下記お電話で。

# ARROWZ

子どもスポーツ科学ジム&ラボ アローズジム ららぽーと横浜校

くわしい情報はWEBでチェック! [アローズジム](#) [検索](#)

測定会・入会についてのご予約・お問合せは tel 045-482-7670

運動は得意!  
もっと上のレベルで  
頑張りたい!

50m走シミュレーション

## カケッコ測定

### スポーツ科学で50m走の タイムが分かる?!

キミの50m走のタイムは何秒かな?  
アローズジムがスポーツ科学で当てちゃうよ!

運動が  
ニガテな子  
集まれ!

この測定で何が分かるの?

#### レタス測定

れたすそくてい

走らなくても50m走のタイムがわかる!(ばね力)、(パワー)、(敏捷性)の3項目の測定を行うことにより50m走の推定タイムが算出できます。



ジャンプから足のバネの力を測定。



前方に遠く跳ぶための足のパワーを測定。



5秒間で何回ステップできるかを測定。

# 小学生 カケッコ×眼デカラ測定会

同時開催

## 中学生・高校生 アスリート測定会

アスリート測定会は、「カケッコ×眼デカラ測定」と同じ内容になります。

参加費  
**無料**

スポーツに必要な眼の能力測定

### 眼デカラ測定

### プロスポーツ選手の 「動体視力」に挑戦!!

各部  
**30名**  
限定  
所要時間  
**60分**

「動体視力」とは、眼が物をとらえる速さのこと。  
プロスポーツ選手は、この能力が長けているんだって。  
さあ、スポーツ科学でキミの動体視力を試してみよう!

この測定で何が分かるの?

高速で動く目標を素早く正確に見極める能力です。  
野球・サッカー・バスケットなど、ボールのコースを的確に読むための能力がわかります。

#### 1 動体視力

どうたいしりよく

#### 2 眼球運動

みたいものに向かって眼球を速く動かす能力。

#### 3 周辺視

広い視野でものをみる能力。

#### 4 瞬間視

瞬間的に見たものを覚える能力。

完全予約制となります。  
ご予約は下記  
お電話で。

アローズジムのスポーツ科学トレーニングを、  
入会前に「お気軽に」おためしいただけます。

プロトレーナーによるおためしトレーニング!

**無料体験受付中!**

6/3日 → 7/1日

対象 小学1年生~高校3年生(保護者同伴)

1回60分

完全予約制

カウンセリング

測定

トレーニング

### 無料体験を動画でチェック!

実際の「無料体験トレーニング」の様子を動画でご確認いただけます。  
ご予約の前にお子さまと一緒にご覧ください。



月・火・水・木・金

1時間目 16:30~ 2時間目 17:00~ 3時間目 18:00~ 4時間目 18:30~ 5時間目 19:30~ 6時間目 20:00~

日

1時間目 10:30~ 2時間目 11:00~ 3時間目 13:00~ 4時間目 13:30~ 5時間目 14:30~ 6時間目 15:00~  
7時間目 16:00~ 8時間目 16:30~ 9時間目 17:30~ 10時間目 18:00~

詳しい内容、お申し込みはお電話で。

## アローズジム ららぽーと横浜校

神奈川県横浜市都筑区池辺町4035-1 ららぽーと横浜 1F 宝くじ売り場となり

tel 045-482-7670

▶アローズジム&ラボ 浜松本拠校  
▶アローズジム イオンモール浜松志都呂校  
▶アローズジム サンストリート浜北校  
▶アローズジム 磐田校

静岡県浜松市中区新津町534 tel 053-411-1008  
静岡県浜松市西区志都呂2丁目37番1号 イオンモール浜松志都呂 2F tel 053-415-8822  
静岡県浜松市浜北区平口2861 サンストリート浜北 2F tel 053-584-1020  
静岡県磐田市見付1287-3 tel 0538-37-4976

子どもスポーツ科学ジム&ラボ  
**ARROWZ**

新規会員募集中!

▶小学生 COURSE  
▶中高生 COURSE

イベント・入会についてのご予約・  
お問合せは上記お電話から

くわしい情報はWEBでチェック!

アローズジム 検索