



イベント

飲み会

社内研修

レクリエーション

楽しく効率的に結束力が高まる

ジャンプコミュニケーション

跳ぶ×空中技 = 達成感



社内の結束力を高めたい方必見！

ジャンプコミュニケーションを 導入しませんか？



★ ジャンプコミュニケーションとは

ジャンプコミュニケーションでは、

跳ぶ × 空中技 = 達成感

をテーマにトランポリン施設を利用して
ジャンプを通じてコミュニケーションを深めます。

空中技ができた、感動と喜びがチームに一体感を生み出し
職場の雰囲気が一気に明るくなります。

また、5分間のジャンプで1kmのジョギングと同じ運動効果があると
言われているため、ダイエット効果もあり健康経営にもつながります。



★ ジャンプコミュニケーションの導入効果

＼嬉しい感想いただいています！／

上司との共同作業で最初緊張しましたが
最後まで楽しく交流できました！

チームワークが深まる

交流が深まる

集中力を鍛える

運動不足の解消

ストレス解消

社内満足度の向上

広報活動



★ 料金プラン

(持ち込み:500円+税/人 | 延長:1時間毎1,000円+税/人)

エンジョイ!ジャンププラン

¥9,000/人(+税)

何人でも安全に楽しく活動できます

最低保証金額 100,000円+消費税

2時間





ジャンプで一体感を作る

社内雰囲気向上・モチベーションUP・コミュニケーションが充実



ジャンプコミュニケーションの流れ (2H)

1 受付・準備 - 10min

専門のトランポリンスタジオにて受付を行います。

2 進行の説明 - 10min

注意事項や流れを説明します。

3 内容発表 - 10min

トランポリンを使っていくつかの空中技に挑戦していただきます。複数のチームに分かれて簡単な自己紹介や今の気持ち、抱負を話します。自己紹介が終わったら必ず大きな拍手をします。

4 準備体操・ストレッチ - 10min

安全に行い怪我をしないように準備体操・ストレッチを行います。

5 基本を学ぶ - 25min

ファシリテーターからトランポリンの基本を学びます。

6 空中技にチャレンジ! - 25min

ファシリテーターのサポートを受けながら楽しくジャンプしたり空中技にチャレンジします。感動と喜びを共有しましょう!

7 クールダウン - 15min

5分間のジャンプで1kmのジョギングと同じ運動効果があると言われています。楽しんだ後はしっかり筋肉を休めましょう。

8 振り返り - 15min

チームで今日の振り返りをします。感想や思いを積極的に発表しましょう。



実際の様子



過去利用企業一覧[※]

SAP ジャパン株式会社 / 大阪ソーダ労働組合 /
オリエントコーポレーション労働組合 / フォルクスワーゲンジャパン販売株式会社 /
大日本印刷労働組合 / ガイカーペンター株式会社 / 株式会社現代文化研究所労働組合 /
株式会社情報堂ダイレクト / 株式会社ポーラ / ビックケミー・ジャパン株式会社 /
三菱 UFJ 信託銀行従業員組合 / 株式会社日立システムズフィールドサービス /
日広建設株式会社 / 株式会社大戸屋ホールディングス / 株式会社丹青社 /
バイオベラティブ・ジャパン株式会社 / 株式会社ラムセス

※EIKICHIの利用企業を全て含む

ジャンプコミュニケーション

会社名 株式会社シクミーズ「sikumys,Inc.」
創 業 2017年6月
資本金 3,000万円
事務所 〒160-0022
東京都新宿区新宿2-12-13新宿アントレサロンビル2F



受付時間 10:00～17:00

03-5358-9350

<https://eikichi-building.com/>

ジャンプコミュニケーション

検索