体の使い方を楽しく学べる！

うんどうあそび

～コーディネーショントレーニングを体験しよう！！～

11.3㈯

参加費
500円



『運動神経』は遺伝じゃない！！！

『リズム能力』や『反応能力』など、身体の使い方（運動神経）をUP
するのに最適な、世界的にも注目されているドイツ発祥のトレーニングです！
専門的なスポーツを始める前に大切な『土台作り』になります！
『あそび』を基本にした動きなので、楽しみながら身につきます★

▶ 時間　10：00～10：45（年少～年長）
　　11：00～11：45（小学生）
▶ 定員　各10名
▶ 持ち物　運動できる服装・室内用シューズ・水分

電話またはマシンジムにてお申込み下さい。

SPECIAL

保護者の方は教室中にマシンジム
無料登録・ご利用OK！！！

※ご利用希望の方は室内用シューズ・身分証明をお持ちください。

開催場所

ドーバー駒ケ谷運動公園
フィットネススタジオ

お問合せ・お申込み

☎079-559-1278

LINE
公式アカウント
https://lin.ee/FVwYWg2

@SANDA_8PARKS

