

# コーディネーション・ トレーニング親子体験会

親子で一緒に出来る**楽しいトレーニング**をご紹介します!

## コーディネーション・トレーニングとは?

自分の体が思い通りに動くように運動神経を鍛えるトレーニングです。幼児期から成長期にかけてが、運動神経がよく発達する時期と言われており、この時期に様々な運動を行うことで運動能力をぐんと伸ばすことができます。体験会では親子で一緒に出来るトレーニングをご紹介しますのでぜひご参加ください。



日 時: 令和 5 年 7 月 17 日(月・祝) 午前 10 時から正午 (受付開始:午前 9 時 30 分から)

場 所: 福祉体育館アリーナ

対 象: 年中～小学 3 年生とその保護者 (市内・在住・在勤・在学の方に限る)

定 員: 親子 150 名 ※定員を超えた場合、抽選を行います。

参 加 費: 無 料

持 ち 物: 運動のできる服装、室内用運動靴、タオル、飲み物

講 師: SAQ インストラクター、レクリエーションコーディネーター



・申込期間: 6月1日(木)から6月10日(土)必着。

・申込方法: インターネットもしくは往復はがき。※詳細は裏面をご確認ください。

・受講通知: 6月15日(木)以降に返信はがき又はメールにてお知らせします。

・追加募集について:定員に達していない教室は追加募集をします。

開示は6月27日(火)に福祉体育館ホームページと館内掲示にて行います。

受付は6月28日(水)午前9時から福祉体育館窓口で先着順にて行います。

(福祉体育館の開場時間は午前8時30分です)

落選者、申込み忘れの方を含むすべての方が対象となります。

