

毎週
日曜日

こども向けトレーニング 【体育の家庭教師】

個々の目標に合わせて行えます！元気に♪楽しく♪
「できる喜び」を体感してもらえらることを
モットーにしています！



時間	教室名	内容	定員	参加費	お持ち物
①12:00~12:40(40分)	【てつぼう教室】	前回り・足抜き回り 逆上がり・連続技・・・etc	各6名	各1,540円	★運動しやすい服装 ★お飲み物 (フタ付きのもの) ★運動靴 (なわとび教室の方) ★縄跳び (なわとび教室の方)
②12:50~13:30(40分)	【なわとび教室】	前回し・後回し・かけ足とび 交差とび・二重とび・・・etc			
③13:40~14:20(40分)	【マット運動教室】	片足バランス・ケンケン 前転・後転・側転等・・・etc			
④14:30~15:10(40分)	【てつぼう教室】	前回り・足抜き回り 逆上がり・連続技・・・etc			



★ 対象年齢 : 幼稚園年少(3歳)~小学6年生

★ 申込方法 : 品川健康センター4Fフロントにて参加費をお支払ください

※先着順となります。開催日当日はお電話にてご予約を承っています。下記番号にて承ります。

※詳細は品川健康センターまでお気軽にお問い合わせください(☎03-5782-8507)