



スポーツパフォーマンスUP 講習会

開催日：12月9日(日) 場所：芸北運動公園

☆**幼児(4歳以上) 定員15名 9:00~10:00**

→この時期に身につけておきたい体の動きを遊びや運動を通して体験します。
内容は、アクティブチャイルドプログラム(日本体育協会推奨)やバルシューレ(ボール遊び)など。

☆**小1~3年生 定員10名 10:30~12:00**

→スポーツ競技を行う前段階として身体を動かすことの楽しさを体験し、多様な動きを習得します。

☆**小4~6年生 定員10名 10:30~12:00**

→これまで得てきた基礎的な動き(走る、跳ぶ、投げるなど)の質を向上させ、考えながら身体を動かすことをしていきます。

☆**講師**☆ 田崎 萌奈美 氏 (株式会社 ATHER)

NSCA認定パーソナルトレーナー
厚生労働省認定健康運動実践指導者
安田女子高等学校バドミントン部テニス部トレーナー

堺 昇欣 氏 (株式会社 ATHER)

NSCA認定パーソナルトレーナー
厚生労働省認定健康運動実践指導者

☆**持参物**☆ 動きやすい服装・タオル・水分・上履き・参加料

☆**参加料**☆ 会員：500円(保険込) ※会員の方はスタンプカード対応
会員外(幼児)：800円
会員外(小学生)：1,000円
※会員外の方は各自保険の加入をお願いします



☆**申込〆切**☆ 平成30年11月9日(金)迄に☎でお申し込み下さい。
(当日受付不可・定員になり次第〆切ります)

お問い合わせ・お申込み先：(一社)芸北道場 0826-35-1045 I P 1045