

夏の短期体育教室

3日間で運動がもっと好きになる!

コーディネーショントレーニング導入!

基礎から楽しく練習し、一人ひとりの「できた!」を応援します!

1日目 マット運動



体の使い方や柔軟性を身につけよう!

2日目 跳び箱



リズムよく跳ぶ力をつけよう!

3日目 鉄棒



ぶら下がったり回る技にチャレンジ!

コーディネーショントレーニングも実施!



コーディネーショントレーニングとは?

体をじょうずに動かせるようになるための運動です。「見る」「考える」「動く」を組み合わせながら、さまざまな動きを遊び感覚で楽しく練習します。運動能力の土台を育て、運動を得意にします!



バランス感覚アップ!



すばやい動きが身につく!



運動への自信につながる!



スポーツがもっと楽しくなる!

こんなお子さまにおすすめ!

- 運動が苦手だけど挑戦したい!
- マット・跳び箱・鉄棒を上達させたい!
- 夏休みに楽しく体を動かしたい!
- 「できた!」の成功体験を増やしたい!



みんなで楽しくチャレンジしよう!
夏休みは体育教室でレベルアップ!

日程

7月23日(木)～25日(土)

時間

- ① 9:00～10:00
- ② 10:30～11:30

※①②どちらかをお選びください

申込期限

7月18日(金)まで

対象年齢

4歳～

参加費

一般 6,600円(税込)
会員 4,950円(税込)



みよしスポーツアカデミー