

冬季体操教室

生徒募集



募集期間*12月10日(金)～25日(土) 消印有効

コース名	対象者	日程					時間	受講料(税込)	定員
「運動」が 好きになる! コーディネーション 教室	A 年中～年長	2/22	3/1	3/8			15:30～16:30	2,940円	12
	B 小学1年生～3年生						16:40～17:40	2,940円	12
キンダー A	年少～年中	1/18	1/25	2/1	2/8	2/15	15:30～16:30	4,900円	12
キンダー B	年長～小学2年生						16:40～17:40	4,900円	12
KID'S HIP HOP	3歳～年長	1/9	1/16	1/30	2/6	2/27	11:00～11:45	4,900円	8
	小学1年生～3年生						12:30～13:30	4,900円	8
	小学4年生～6年生						14:15～15:15	4,900円	8

「運動」が好きになる! コーディネーション教室
コーディネーショントレーニング7つの能力とは

- ①リズム…動くタイミングを上手につかむ
- ②バランス…バランスを正しく保つ
- ③識別…手や足、道具を上手に扱う
- ④連結…関節や筋肉をスムーズに動かす
- ⑤変換…状況に合わせて瞬時に動作を切り替える
- ⑥定位…距離や時間を把握する
- ⑦反応…合図に合わせてすばやく行動する

運動神経は
「遺伝」ではなく
「身につけるもの」
です!

コース
紹介

「運動」が好きになる!
コーディネーション教室

キンダー

KID'S HIP HOP

遊びの中で運動能力を高めていく教室です。ボール・フープ・ミニハードル・鉄棒・なわとびを使い、様々な身体の使い方を覚えていきます。

マット運動、鉄棒、跳び箱を中心に楽しく体を動かし運動基礎を身に付けるコースです。

簡単なステップからダンスの技術を楽しく学ぶコースです。
最終日には、ダンスの発表会を行います。



〈表〉

〈裏〉

63

郵便はがき
6500046

神戸市中央区
港島中町6丁目12-1
ポートアイランドスポーツセンター
冬季体操教室 係

- ①冬季体操教室
〇〇コース
- ②受講者名(ふりがな)
- ③生年月日
- ④学年(学生の方のみ)
- ⑤住所
- ⑥電話番号
- ⑦保護者名
(18歳未満の方のみ)

●郵便はがきに

- ①冬季体操教室 〇〇コース
- ②受講者名(ふりがな)
- ③生年月日
- ④学年
- ⑤住所
- ⑥電話番号
- ⑦保護者名(18歳未満の方のみ)を明記して、投函してください。
☆ご家族(兄弟、姉妹)が受講される場合は、**1枚のはがきに連記して**お申込みください。

●当スポーツセンター事務所でもお申込みいただけます。

☆申込者多数の場合、抽選になることがありますのでご了承ください。
☆申込者が少数の場合、開催を見合わせる場合があります。

※お送り頂いた個人情報教室の申込みに関する業務以外には使用致しません。

●ご来館の際はマスク着用をお願いします。



申込方法

送り先

お問合せ

〒650-0046

神戸市中央区港島中町6丁目12-1 ポートアイランドスポーツセンター 冬季体操教室 係

TEL.078-302-1031 【毎週水曜日休館】

※当センターには駐車場がありません。周辺の駐車場をご利用ください。