

風の子体育教室



●活動目的

- ① 基礎的な体力・運動能力の向上
- ② 集団行動により自己形成と協調性を養う
- ③ 規則正しい食生活・運動の習慣により適正体重の維持
- ④ さまざまなスポーツに必要な身体操作能力を向上

●教室内容

・リズム&持久力向上コース

どんなスポーツにも必要なリズム。トランポリンやなわとびなどさまざまな道具を使いリズム感や持久力をつけていきます。

曜日:毎週水曜
時間:18:00~18:45
対象:小学生

・バランス&ジャンプ

バランス感覚やジャンプ力をトランポリンなどのさまざまな道具を使い向上を目指していきます。

曜日:毎週金曜
時間:15:30~16:15
対象:4歳~未就学児

・かけっこコース

走り方の正しいフォームの習得から最高スピード、敏捷性アップを目指すクラスです!

曜日:毎週土曜
初級:14:30~15:15
4歳~小学2年生
中級:15:30~16:15
小学1~小学6年生

●募集詳細

第1期 4~6月/第2期 7~9月/第3期 10~12月/第4期 1~3月

- ・募集期間:開始期の1ヶ月前~申込開始
- ・料金:コース参加料+施設利用料

コース参加料

例)教室12回×800円

+事務手数料500円=10,100円

【お問合せ】
印西温水センター

TEL.0476-47-1661/http://inzaipool.jp