

# 親子☆ 運動あそび対決Ⅱ



キッズ年代は、神経系（動作の習得）が発達するゴールデンエイジといわれる大切な時期です。  
この時期に「トータルエクササイズ～全身運動～」を行うことは、様々な運動能力、特に全身をコントロールする力（調整力）を養うために重要です。  
エストレラでは、春休みに多世代のお友達や親子で遊ぶイベントを行います。  
ふるってご参加ください。おじいちゃん、おばあちゃんとの参加も大歓迎です。

日 時：2016年 3月 26日（土）

10：00～11：30

場 所：広畑市民センター・1F 大ホール  
姫路市広畑区正門通1-7-3 TEL 079-236-2480

プログラム：子ども 対 大人 で運動あそび対決！  
カラダじゃんけん、鬼ごっこ、ボールになわとびなど・・・  
じょうずにできたチームにはプレゼントがあるよ。

持ち物：運動ができる服装、シューズ、飲み物、着替え、タオル、なわとび

対 象：現在、幼稚園・保育園の年少～小学3年生  
(3～9歳)の子どもと保護者 \*対象外の場合は、ご相談ください\*

参加費：1組 600円 \*当日徴収させていただきます  
保険代は含まれていません。スクール生は保険適用になりますが、会員以外の方は、  
ご家庭の保険を適用ください。

講 師：矢野 真理（健康運動指導士）・スポーツクラブエストレラスタッフ 他

募集人数：20組 締め切り：3月19日（土）

申込方法：FAX かメール、またはコーチまでお願いします。

位置図



お問い合わせは・・・スポーツクラブ エストレラ事務局 担当 矢野  
〒670-0086 姫路市田寺6丁目11-30 2F  
TEL/FAX 079-291-5200 090-1144-5910 (矢野携帯)  
E-MAIL estrela@leto.eonet.ne.jp

参加者 氏名	ふりがな	年 齢	保護者 氏名		
		歳			
園 名 学校名		年少	年中	年長 (○で囲んでください)・小学	年
TEL		携 帯			
住 所	〒				

\*お預かりした個人情報 は法令に基づき適切に管理し、活動目的以外に使用しません。