



「こども運動塾」 開催要項

★内容★

10月 ・ 11月の器械運動に向けてからだ作り&動き作り
「なわとび」「サーキットトレーニング」

⇒走ることを中心に組入れたコーディネーショントレーニング



11月 ・ 器械運動とトレーニングを並行して実施
「マット運動」「とび箱」「てつ棒」

⇒障害物トレーニングを中心に、器械運動に必要なトレーニング



日 程 10月5日～11月30日【毎週金曜日・全8回】

時 間 17:00～18:00

会 場 総合体育館・第2体育室

対 象 小学1年生～4年生

定 員 30名（最少催行人数10名） ※応募多数の場合は自動抽選
※最少催行人数に達しない場合は中止とさせていただきます。

参 加 料 4,000円／8回（保険料含む）

講 師 北海道ハイテクアスリートクラブアカデミー

申 込 み 体育協会ホームページ内、特設申込フォームよりお申込みください。
【受付期間】平成30年8月27日（月）9時～9月4日（火）
※抽選結果は、9月5日（火）13時以降にホームページにて発表します。

お支払い 9月6日（水）～13日（水）まで（月～土9:00～17:30※日曜日は除く）に
総合体育館受付窓口にて納入手続きをお願いいたします。
期間内までに納入手続きがない場合は「キャンセル」扱いといたします。
納入手続きの際、追加情報や、健康チェック等の必要事項を記入していただきます。

持 ち 物 上靴、汗ふきタオル、水分補給用の飲み物、なわとび（持参）

- そ の 他
- ・ キャンセルによる受講料の払戻はいたしかねます。
 - ・ 健康管理に十分に注意し、体調不良の時は参加をご遠慮ください。
 - ・ 教室内の怪我につきましては、傷害保険適用範囲内での対応となります。
 - ・ 開催中、ホームページ・ポスター等に掲載するため教室の風景を撮影させていただきますので、ご了承ください。
 - ・ 個人情報につきましては、当該教室以外に使用することはありません。



← こちらのQRコードを読み取ると、体協ホームページへ移動します。

問合せ先 NPO法人恵庭市体育協会 TEL：21-9900（月～金・9:00～17:00）