

親子チャレンジ！スポーツ教室



運動能力アップ&ケガ予防講座

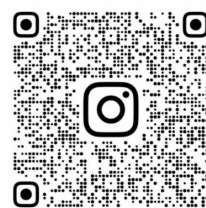
子どもでも簡単にできるトレーニングや柔軟運動を中心に体幹や姿勢を整え、運動能力の向上とケガをしにくい身体づくりの方法をレクチャーします！

スポーツが上手になりたい子、スポーツが少し苦手な子も、お家でもできるトレーニング方法を特別に伝授します！



講師のプロフィール

講師：あずまっくす（スポーツキッズ育成トレーナー）
Instagramのフォロワー21万人超！指導実績5,000人以上を誇る、子どもの運動神経を伸ばす専門家です！



@SPORTS_KIDS_TRAINER

会場	摂津市味舌体育館 1階メインアリーナ
日時	7月11日(土)10:00～11:30 (受付9:30～)
対象/定員	5歳～小学生のお子様と保護者様/50組 (先着順)
受講費	500円/1組 ※お子様1名増につき+500円

お申込は体育館窓口もしくはお電話にて

摂津市立味舌（ました）体育館

〒566-0023 摂津市正雀1-1-6 ☎ 06-7507-2746



施設HP



公式LINE