



バランスボールとジムボール
(15cmほどの柔らかいボール)
を使って体をコントロールする
(調整)力や神経伝達を刺激し
ていきます。

楽しく！
気持ちよく！
体を動かしま
しょう☆

時 間：9：30～10：30（担当：細矢・青木）
（当日は9：15から受付を開始します。）

場 所：研修室1（1階）

対 象：年長児～小学3年生までのこどもと
保護者（高校生以上）

※保護者1人につき、お子様は2名まで

定 員：15組

持ち物：運動しやすい服装（ジャージやTシャツ
など）室内履き タオル 飲み物

無料

※ロッカー利用の場合、20円が必要です。（10円返却式）

9月11日（金）より先着順で申込み受付！！