

令和8年度

心と身体を育むスポーツ教室



定員(キッズ40名
低学年30名/高学年50名)

*5~12歳の期間は**ゴールデンエイジ**と呼ばれ運動能力の基礎が形成される時期といわれています。この期間に正しい体の使い方を学ぶことで運動能力の基盤をつくります

理学療法士・キッズトレーナーの資格をもつスタッフが指導します

5歳~12歳のゴールデンエイジ期間では運動能力が飛躍的にあがります

スポーツを通して、身体の使い方を学んで基礎運動能力UP!!

日時

4月21	8月4,18	12月8,22
5月12,19	9月8,29	1月5,19
6月16,30	10月13,27	2月2,16
7月14,28	11月10,24	3月9,23

参加費500円(初回保険料+800円)

年少~年長

18:00~19:00
受付:17:45~

*親子参加が
可能です

小学1年~6年生

19:00~20:15
受付:18:45~

*低学年・高学年
分かれて行います

場所

佐久市総合体育館

お申し込み方法

右記のQRコードより公式LINEアカウントを追加をしご連絡ください

*返信がない場合、お手数ですがご連絡ください



ご不明な点などありましたら電話番号よりお問い合わせください
電話(080-1034-7330) 雨宮病院リハビリテーション部 担当 小林

