

運動能力UP GYM

2026年度2期～定期教室開講予定

運動能力向上を目指す体操クラス

★お子様の「できた！」の笑顔を増やします★

◎3つのポイント

- ① ラダー・バランスボードなど多彩な器具で楽しく挑戦
- ② 洋楽に合わせた創作ダンスで自己表現力も育成
- ③ リリースボールで疲労ケア習慣も学べる

◎こんなお子様におすすめ★

- ・運動が苦手な自信をつけたい
- ・楽しく体を動かす習慣をつけたい
- ・集中力や協調性を伸ばしたい
- ・球技や陸上競技のパフォーマンスを上げたい



Nozomi

★事前予約制★

日時

6月10日・24日（水）

7月8日・22日（水）

17:30～18:30

※15分前に1F受付にお越しください

対象

小学生

料金

1,000円

定員

15名

持ち物

飲み物・タオル
動きやすい服装・シューズ

最新情報はこちら

事前申込・お問合せ

日野市市民の森ふれあいホール受付

☎ 042-584-2555

