

～MIZUNO SKILL UP.～

スポーツをしている子だけでなく、運動が苦手な子でもどなたでも楽しめます★

開催日

2021.7.28 [水] / 8.15 [日]

in しあわせの村 テニスコート (16番コート)

対 象

第1部:年長～2年生 第2部:3年生～6年生

時 間

7.28 [水] 第1部⇒14:30～15:30 第2部⇒16:00～17:00

8.15 [日] 第1部⇒9:30～10:30 第2部⇒11:00～12:00

料 金

1,000円 (税込) ※当日テニスコートクラブハウス受付にてお支払いください

申込方法

6/26(土)より 電話/FAXにて受付!

定 員

各部:15名 (先着順)

持ち物

☐動きやすい服装 ☐履きなれた靴(サンダル不可)

☐水分(多め) ☐帽子 ☐タオル

内 容

身体能力向上 を第1目的とした プログラムを行います。

コーディネーショントレーニング や **SAQトレーニング** など

(神経系に視点を置いたトレーニング『動きやすい身体づくり』)

(素早い動きを身につけるためのトレーニング)

成長期 に伸ばすべき能力を **遊びの延長** で習得します。

誰でも取り組める内容になりますので、

スポーツをしていなくても **運動が苦手でも大丈夫!!**

お問合せ先

しあわせの村 テニスコート クラブハウス

〒651-1106 兵庫県神戸市北区しあわせの村1-3

TEL:078-743-8080 FAX:078-743-8084

