

運動が苦手でも大丈夫！

## 冬休み・苦手克服塾【逆上がり編】



写真はイメージです。

## 苦手意識を無くそう♪

## 持ち物

室内シューズ、飲み物、タオルを持参して下さい。

\*コロナ感染予防対策の為、マスクの着用を推奨します。忘れた方はお声かけください。

## 【教室内容】

遊びの中から動きが習得できるプログラムです。

身体の使い方のコツを、ゆっくり覚えながら逆上りを練習しましょう。

日程	2020年12月26日(土)
時間	14:00~15:00(60分)
対象	年長・小学1~3年生
定員	10名(先着順)
参加費	1,100円(税込)
場所	笠岡総合体育館 多目的室



詳細はFaceBook・HPからもご確認いただけます。

申込方法・・・受付、またはお電話からお申込ください。

申込締切・・・12月25日(金)13:00まで。

教室に参加後の返金はいたしかねます。予めご了承ください。

※お申込みの際にご提供いただく個人情報は、厳重に管理いたします。



# ミズノウエルネス笠岡

TEL: 0865-66-5280

〒714-0054 岡山県笠岡市平成町63-2 笠岡総合体育館内  
<https://shisetsu.mizuno.jp/mss-7356>

●営業時間 平日/9:00~21:00  
 土曜/9:00~21:00  
 祝日/9:00~17:00

●休館日 日曜日・年末年始

