

# ヘキサスロン

子ども運動能力向上プログラム



## 遊び感覚で運動能力が身につく『運動あそびプログラム☆3』

### ヘキサスロンとは？

運動発達に必要な36の基本動作を楽しみながら身につけることのできる「遊びプログラム」です。

### どんな効果がでるの？

「遊びプログラム」で基本動作が自然と身につく、遊びの中から運動発達の芽を伸ばしていきます。

場所 ■ 笠岡総合体育館内 サブアリーナ

日時 ■ 9月21日(土) 10:30~11:30

受講料 ■ 1,100円(税込)

対象 ■ 年中~小学4年生

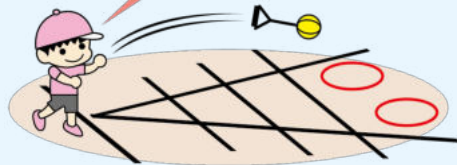
定員 ■ 15名(先着順)

持ち物 ■ 動きやすい服装、室内シューズ、飲み物、タオル

#### 【申込方法】

・電話・トレーニングループ窓口で予約  
※申込締切：イベント前日19時まで

ソフトハンマーを投げて距離を競う



前方にエアロディスクを投げ、受け手が走ってキャッチ



※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。



二次元バーコードから参加申込が可能です。



笠岡総合体育館内  
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  
<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