

# ヘキサスロン

子ども運動能力向上プログラム

走る



投げる



跳ぶ



## 遊び感覚で運動動作を身につけられる

### 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け、遊びの中から運動発達の芽を伸ばしていきます。

場所 ■ 清水町体育館 競技場

日時 ■ 1月26日(日)  
①9:30~10:30  
②10:40~11:40

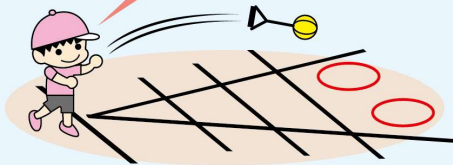
受講料 ■ 600円  
※税込・傷害保険料含む

対象 ■ ①年中~年長  
②小学1年生~6年生

定員 ■ 25名(先着順)

持ち物 ■ 動きやすい服装・飲み物・タオル  
※マスク着用

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



エアロケットを投げ上げると同時にできるだけ前方に高くジャンプする



※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が、当グループ主催イベントの案内等を送付する必要がありますので、あしからずご了承ください。



清水町体育館

TEL : 055-971-0160

〒411-0903  
静岡県駿東郡清水町堂庭287-1

●営業時間 8:30~21:30

●休館日 毎月第3日曜日  
年末年始(12月29日~1月3日)