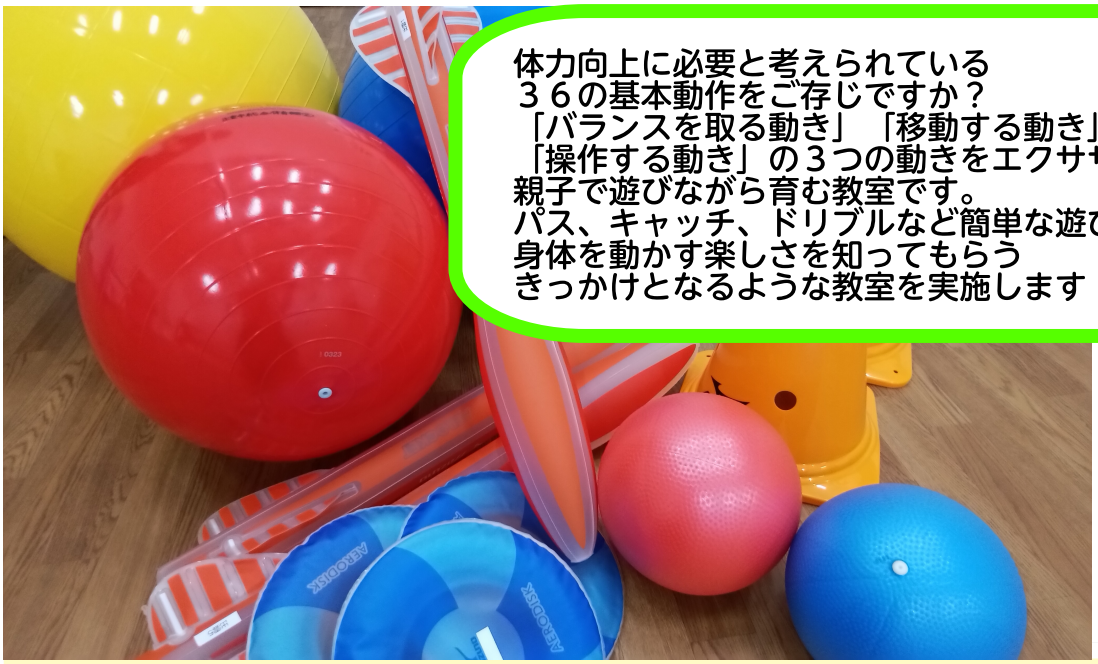
MIZUNO SPORTS SCHOOL

親子で楽しく遊ぼう！

親子DE運動遊び教室



体力向上に必要と考えられている
３６の基本動作をご存じですか？
「バランスを取る動き」「移動する動き」
「操作する動き」の３つの動きをエクササイズボールを使用し
親子で遊びながら育む教室です。
パス、キャッチ、ドリブルなど簡単な遊びをしながら
身体を動かす楽しさを知ってもらう
きっかけとなるような教室を実施します！

HP　インスタグラム

IZUMO_ARENA

～参加者募集中！～

場　所　出雲だんだんとまとアリーナ
多目的室A

日　時　金曜日（月2回）　18:10～18:50
※開催日はHPに掲載しております

受講料　参加費無料！

対　象　幼児～小学生のお子様と保護者

- 持ち物：運動できる服装、室内用シューズ
飲み物、タオル
- 定　員：5組（先着順）
- 保護者1人に対してお子様1人で1組となります。

ご予約はお電話または受付窓口にて
お受けしております。

講師紹介



宮廻　圭太

公認スポーツ施設管理士
公認スポーツ施設運営士
コーチングアシスタント

普段なかなかお子さんと
遊ぶ時間がとれない保護者さんや
いつもの遊びに飽きてきたお子さんへ
新しい遊びを提案します！
スポーツを通じてお子さんと
ふれあいませんか

出雲だんだんとまとアリーナ
（出雲市総合体育館）
TEL：0853－21－0001
〒693 - 0073　島根県出雲市西林木町207-1
https://shisetsu.mizuno.jp/m-7328

●営業時間　9:00～22:00
●休館日　奇数月第３水曜日
年末年始12月30日～1月2日