

家族で運動遊び キッズトレーニング

優っくり村で10月6日から！

親子で楽しみ運動神経向上

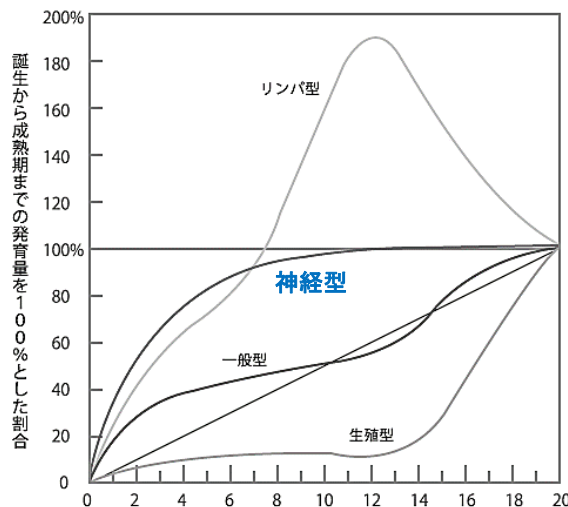


10月6日(金)無料体験会

皆様のご参加お待ちしております。

- 未就学児&保護者ペア
- 毎週金曜日 15:30~16:30
- 定員20名 (10組)
- 月会費5,000円/組
- 運動できる服装・水分補給飲み物・ヨガマットやレジャーシートなど敷物をご持参ください

コーディネーショントレーニングやSAQトレーニングなど遊びの要素を多く含んだトレーニングを採り入れて運動神経を高め、体を動かす楽しさを味わわせて運動好きにします。



スキャモンの発育発達曲線

神経系統は生まれた直後から神経回路が急速に発達し、5歳頃にはすでに80%に達しています。

この時期に十分に運動に親しませることによって、運動に対する神経機構を発達させることができるといわれています。



優っくり村板橋栄町 1階地域交流スペース
板橋区栄町35-10 健康長寿医療センターと同じ敷地にある建物です
講師 篠田 剛 (しのだつよし) 080-1026-8804