

親子体操のご案内

1. 教室内容・指導方針

親子で仲良く歩いたり、走ったり、また音楽に合わせてながら踊ったり、スキンシップを図りながら楽しく身体を動かします。また、マットに転がる・ボールを転がすなどの子供の成長に大切な色々な動きをサーキット形式で行います。たくさんの方と触れ合うことで、お子様のコミュニケーション力が高められ、親子での情報交換の場としても最適です。お子様の可能性を広げながら様々なことに挑戦してみましょう。

※お子様のお名前・生年月日でご応募ください。

★担当 *担当者については、変更になる場合がありますので、予めご了承ください。

月曜日 阿部 英子 (アベ エイコ) セントラルスポーツ所属IR

木曜日 船津 早織 (フナツ サオリ) セントラルスポーツ所属IR



(参加費は祝込)

2. クラス概要と練習日時

曜日	対象	時間	月	実施日(予定)	回数	参加費	場所(会場)
月曜日	歩行できる お子様 (3歳まで)と 保護者様	10:50~11:35	4	5・12・19	9回	7,400	地下2階 武道場2 (畳あり)
			5	10・17・31			
			6	7・14・21			
木曜日①	9:30~10:15	4	8・15・22	11回	9,000		
		5	6・13・20・27				
木曜日②	10:35~11:20	6	3・10・17・24				

※ご入金後の返金は致しかねます。予めご了承ください。
※入場時間は基本的に時間通りのご案内となります。

3. 服装と持ち物

・動きやすい服装(Tシャツ・短パン・ジャージ等)※ジーパン・スカート等はお遠慮ください。

※練習は、裸足で行いますので、室内履き等のご用意は必要ありません。

※名札(フルネーム)のご用意をお願い致します。ガムテープや布等を貼って氏名をご記入頂いても構いません。

(お名前をお呼びする際に必要となります。)

・入館時、運動時にはマスクを必ず着用してください。

飛沫防止効果を考慮し、マスクやフェイスカバー等の「鼻や口を隙間なく覆うもの」のみ着用とし、フェイスシールドやマウスシールドの着用はご遠慮いただきますようお願いいたします。

4. その他

・入室は参加者のみとさせていただきます。ご兄弟等の同伴はできません。

人数制限のため、ご理解ご協力をよろしくお願い致します。

施設利用ルールはこちら



講座申込はこちら



教室チラシはこちら



次回の募集告知は5月中旬を予定しております。後日改めてご案内申し上げます。(HP、チラシ等にてお確かめください。)

SUBARU総合スポーツセンター
TEL 0422-45-1113

※ご応募方法や注意事項が案内チラシに記載されていますので、必ずご確認のうえお申してください。