

# 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 内田 真理 (ウチダ マリ) 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



## 2. クラス概要と練習日時

(受講料は税込)

| 曜日   | 対象                          | 時間          | 月 | 実施日(予定)    | 回数  | 受講料   | 場所(会場)    |
|------|-----------------------------|-------------|---|------------|-----|-------|-----------|
| 月曜日  | 歩行できるお子様<br>(3歳まで)と保護者様     | 10:50～11:35 | 4 | 3・10・17    | 10回 | 8,200 | 武道場2(畳あり) |
|      |                             |             | 5 | 1・8・15・29  |     |       |           |
|      |                             |             | 6 | 5・12・19    |     |       |           |
| 木曜日① | 1歳7ヵ月～3歳のお子様と保護者様           | 9:30～10:15  | 4 | 6・13・20・27 | 11回 | 9,000 |           |
|      |                             |             | 5 | 11・18・25   |     |       |           |
| 木曜日② | 歩行できるお子様<br>(1歳11ヵ月まで)と保護者様 | 10:35～11:20 | 6 | 1・8・15・22  |     |       |           |

※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・スカート等のご遠慮ください。

※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。)安全ピンの使用は万が一のことがございますので、ご遠慮ください。

・入館時、運動時にはマスク着用の徹底をお願いいたします。

【※2歳未満のお子様については、各ご家庭の判断にお任せいたします。】

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。

上記のお願いは三鷹市の判断により、急遽変更となる場合があります。予めご了承ください。

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



今回の募集告知は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込ください。