

「運動神経」を向上させる 「チャレンジキッズ」 無料体験会のご案内

日程：6月19・26日（火） 時間：16:45~17:45
会場：FG馬橋 4F Bルーム 対象者：小学生

1レッスン プログラム（例）

準備運動

怪我の予防につながるストレッチ運動

ラダー運動

身体をスムーズに動かす運動

ボール運動

ボールを利用した協調運動

瞬発運動

素早く身体の方角を切り替える運動

リズム運動

リズムカルな運動

整理体操

身体の使い過ぎによる障害予防体操

※参加者は、飲料水・室内シューズ・タオルなどをご持参ください。
※行動科学に基づいたプログラムを理学療法士が監修しております。



申込方法

フロントもしくは下記電話番号まで
<連絡先TEL> 047-712-1234（担当：菅野）

