

親子3B体操教室 (ショートコース)

(公財)呉市体育振興財団

内容 目的

★カラフルな用具（ボール・ベル・ベルター）を使って、飛んだり、跳ねたり、くぐったりと、遊びの要素を取り入れながら、お子様の運動機能を高めます。
親子のコミュニケーションを深め、幼少期から積極的に体を動かすきっかけにもなります。

★3B体操は「健康で安らかな心、健康で美しく、健康で美しく老いる」をスローガンとする健康体操です。赤ちゃんから高齢者まで3世代の方々が共に動き、運動が苦手な人にも楽しく続けられるように、レクリエーションの要素を多く取り入れ“心とからだを動かす”ことに工夫をこらしています。

★ママにとって、他のママと知り合える場となり、交流・親睦をはかることができます。

対象・定員

親子（首がすわってから～入園前までの乳幼児） 若干名



金曜日 10:30~11:30 (全3回)

実施日

2月	20日					予備日
3月	6日	13日				3/27

場 所

呉市総合体育館シシンヨーオークアリーナ（武道場）

参加費

1,200円+（教材費別途要）

指 導 者

公益社団法人日本3B体操協会 公認指導者

申込 支払い

- ★ 2/1(日) ~ 2/14(土)17:00 までの期間中、先着順で受付します。
- ★ 期間内にお電話か窓口にて申込後、参加費のお支払いをお願いします。

* 運動のできる服装を用意して下さい。

その他

- * オークアリーナ（武道場）に10分前までに集合してください。
- * 参加者はスポーツ傷害保険に加入しています。
- * 納入した参加料は、払い戻しはいたしません。



問合せ先:(公財)呉市体育振興財団 (シシンヨーオークアリーナ)
〒737-0141 呉市広大新開1-7-1
TEL(0823)74-0909