

令和7年度後期受講者募集!

# ステップアップ運動教室

定員30組

主催：公益財団法人 津山スポーツ振興財団  
後援：津山市



## 実施内容

跳び箱、マット運動、大縄跳び、ボールを使った運動、ドッジビー、風船や新聞紙を使った運動遊び、ビジョントレーニング、ラダー、ミニハードル、お手玉、走り方教室、等々

多種多様な身体活動を行うことで、お子様の心身の成長を促します。また、親子で一緒に運動することでスキンシップも図れ、ご家庭での運動習慣の構築にもつながります。



講師：野中健志

Life-Performance-LAB.代表  
運動に苦手意識をもつお子様から、アスリートへの運動指導まで行う。ビジョントレーニングや子供にさせたいコアトレーニングを取り入れ総合的に発育発達をサポート!

## 教室日程 (令和7年度後期)

10月12日(日)	東小学校体育館
10月26日(日)	東小学校体育館
11月30日(日)	東小学校体育館
12月21日(日)	津山高専体育館
1月11日(日)	東小学校体育館
2月15日(日)	東小学校体育館
3月8日(日)	東小学校体育館
3月22日(日)	津山高専体育館

(全8回)

時間：9:00~10:30 (90分/1回)

会場：東小学校体育館、津山高専体育館

参加費：4,000円 (計8回/保険料含む)

対象：小学1~3年生の児童とその保護者  
(津山市在住に限る)

定員：親子30組 (保護者1名で2名まで)

申込み締め切り 9月28日(日) 17:00まで

※応募者多数の場合は抽選とさせていただきます

## (お申込み先)

主管)Life-Performance-LAB.  
津山市林田767-1 Sense Tsuyama内  
担当:野中 090-2809-3793

<https://life-performance-lab.com/contact4>

お申込み/お問い合わせ

右の2次元コードを読み取り、フォームの必要事項を入力して送信。  
2日以内に折り返しのご連絡を致します。  
公式HPのお問い合わせページの「イベント」の欄からもお申込みいただけます。

