

令和7年度前期受講者募集！

★
定員30組
★

ステップアップ運動教室



主催：公益財団法人 津山スポーツ振興財団
後援：津山市、津山市教育委員会

運動で育む未来の力

親子で身体を動かすことで、お子様の心と身体を育む体操教室です。楽しみながら、技術、体力、集中力を養います。親子で行うメニューも豊富で親子のコミュニケーション形成にも最適。多種多様の運動遊びを行いながら、「出来た！」を積み上げ、自己肯定感や自信が育ちます。また、現代のお子様の多くに発育不足が懸念される体幹の力（コア）や眼の機能性（ビジョン）などの発育にも取り組みます。

教室開催日（R7年度前期日程）

5月18日（日）

6月 1日（日）/15日（日）/29日（日）

7月13日（日）/27日（日）

9月 7日（日）/21日（日）

時 間：9:00～10:30（90分）

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：津山市内在住の小学1～3年生とその保護者のペア

申込期間：4月30日迄に下段の二次元コードからお申込み下さい

※応募者多数の場合は抽選となります。（定員30組）



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



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！



（お問い合わせ先）

主管)Life-Performance-LAB.
津山市林田767-1 Senase 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



右の二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」の欄からお申込みいただけます。

