親子 ふれあい 運動 教室

お申し込みはこちら

令和 5年 12月 9日（土）

10：00 ～ 11：00 （受付 9：30～）

●予備日：12月16日（土）13：30～14：30
（受付 13：00～）

東松山陸上競技場（岩鼻運動公園内）

親子で体験！運動を始める『きっかけ』づくりに

～ 運動不足のお父さんお母さん、運動が苦手な子の運動の『きっかけ』に ～

●親子で出来るコーディネーショントレーニング
あそびながら、体を思い通りに動かす能力の向上へ

●親子でかけっこ競争 ～ 親子のきずなを深める『きっかけ』に ～
正しい走り方をたのしく学びましょう

対 象

市内在住の3歳以上の未就学児と
その保護者

講 師　辻 将也（つじ まさや）

武蔵丘短期大学 健康生活学科 准教授

募 集　50組（2名1組）100名（先着順）

参加費　1組100円（保険代）

申込み・問い合わせ

（公財）東松山文化まちづくり公社

東松山市松葉町1-2-3 東松山市総合会館1階

TEL 0493-24-6080
FAX 0493-24-9909

【申込方法】
東松山文化まちづくり公社へ直接または
上記QRコードよりお申込みください。

【申込期間】
令和5年11月1日（水）～30日（木）