

～遊びの中で運動神経が伸びる～

# キッズコーディネーション 運動教室

カッコいい走りでかけっこ1位を目指そう！

テーマ **走る・かけっこ**

5月6日(祝日火曜)

★2～3歳親子クラス

10:30～11:15

★4歳～年長クラス

11:30～12:15

★小学生クラス

12:30～13:15

5月15日(木曜)

★4歳～年長クラス

15:30～16:15

★小学生クラス

16:30～17:15



【場所】 ドゥスポーツプラザ豊洲 Cスタジオ

【定員】 各クラス15名 【参加費】 各レッスン2200円

【持ち物】 水筒、汗拭きタオル、※室内靴不要

詳しくは裏面へ→

**かけっこで1位をめざそう!!!**

体を上手に動かすにはコーディネーショントレーニングと呼ばれる、見た情報、聞いた情報、物との距離感などに合わせ自身の体を上手に動かし運動神経を良くするプログラムです。運動神経は 3~6才で大人の90%まで発達してしまいます。なので幼少期の運動経験が、運動神経を伸ばすのにとっても重要です。

今回は運動会に向け、**早く走るコツ**をお伝えします。走るだけでなくボールや動物歩き、バランス運動、リズムジャンプなどの基礎運動を行います。運動が苦手なお子様でも楽しくご参加頂けます！

2歳~3歳クラスでは、親御さんと一緒にジャンプ運動や走動作などを行います。

頭と体を使って運動し、根拠のある遊びで運動神経をのばしてみませんか!?

**【担当】**

山ノ井トレーナー

**【参加費】**

各クラスお一人様 2,200 円(税込)

**【定員】**

各クラス 15 名

**【申し込み方法】**



こちらの QR コードから各日程のキッズコーディネーション予約からお申込みください。

※キャンセルは 2 日前まで可能(それ以降のキャンセルはできません)

※参加料金は前日までにクラブスクールフロントにてお支払いくださいませ。

**【申し込み開始日】**

**《5月6日(火祝)のクラス》**

4月22日(火)より予約開始

**《5月15日(木)のクラス》**

5月1日(木)より予約開始

2025年5月1日(木) 10:30~ご予約開始(各クラス定員になり次第終了)